

جامعة اليرموك
كلية التربية الرياضية
قسم علوم الرياضة

واقع قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي التنس في الأردن

Reality of Sport Competition Anxiety and its Relationship to Achievement Motivation among Tennis Players in Jordan

إعداد الطالب
حمزة علي سلام

الرقم الجامعي
٢٠٠٩٣٨١٠١٧

إشراف
د. مازن رزق حتاملة

الفصل الدراسي الثاني
٢٠١٣/٢٠١٢

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

بسم الله الرحمن الرحيم

(قَالُوا سُبْحَانَكَ لاَ عِلْمَ لَنَا إِلاَّ مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ)

صدق الله العظيم

سورة البقرة الآية (٣٢)

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

قرار لجنة المناقشة

واقع قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي التنس في الأردن

إعداد

حمزة علي سلام

قدمت هذه الرسالة إستكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية في تخصص علوم الحركة في جامعة اليرموك، اربد، الأردن.

وافق عليها

الدكتور مازن رزق حتاملة .... مشرفاً ورئيساً

أستاذ علم النفس الرياضي التطبيقي المشارك، جامعة اليرموك

الأستاذ الدكتور هاشم محمد إبراهيم .... عضواً

أستاذ علم النفس الرياضي، الجامعة الأردنية

الدكتور نارت عارف شوقه .... عضواً

أستاذ اللياقة البدنية وكرة اليد المشارك، جامعة اليرموك

أجيزت وأقر عليها بتاريخ ٢٠١٣/٠٥/٠٩م

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الإهداء

إلى من حمل على عاتقه رسالة مسئوليتي، إلى من لم يبخل بشيء من أجل دفعي في طريق النجاح، إلى الذي سما وشقا لأنعم بالراحة والهناء، إلى من رباني فأحسن تربيتي، إلى من دفعني لخوض الحياة بكل شموخ وكبريا..

"أبي الفاضل"

إلى من أخرجتني إلى نور الحياة، إلى المدرسة الأولى، إلى الينبوع الذي لا يمل العطاء، إلى من كان رضاؤها زاداً في طريقي، إلى من أحبها الله ووضع الجنة تحت أقدامها.

"أمي الغالية"

"إليهما أقف إجلالاً وإحتراماً وعرفاناً، داعياً من الله لهما بطول العمر"

إلى من عانقت يدي أيديهم، إلى من عشت معهم أجمل لحظات عمري، إلى من سرنا معاً في دروب الحياة.

"إخواني وأختي"

إلى من جلسوا معي في مدارس الحياة، إلى رفاقي الأعزاء..

"أصدقائي"

إليهم جميعاً أهدي هذا الجهد المتواضع تقديراً لمنزلتهم في نفسي سائلاً من الله أن يكون هذا العمل إسهاماً في خدمة العلم والمعرفة

الباحث

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الشكر والتقدير

الحمد لله رب العالمين، بفضله وفقنا وهدانا وأتم نعمته علينا بإتمام هذه الدراسة، ونصلي ونسلم على من بعث هادياً ومعلماً ورحمة للبشر كافة سيدنا وقرة أعيننا وقدوتنا جميعاً، محمد صلى الله عليه وسلم وعلى آله الطيبين الطاهرين. اللهم لك الحمد والشكر على عظيم نعمك، وتباركت وتعاليت أسبح بحمدك وأسجد شاكراً في محراب عظمتك شكراً يليق بعظمة سلطانك، على ما منحتني من قوة وعزيمة، وما ألهمتني به من صبر ومثابرة، حتى كللت جهودي بالتوفيق والنجاح.

أما بعد،

فلا يسعني في هذا المقام إلا أن أتقدم بعميق إمتناني وعظيم شكري إلى الدكتور مازن رزق حتاملة المشرف على هذه الرسالة، والذي رعاها فكرة وتابعها بكل إخلاص، وكانت لتوجيهاته وملاحظاته الأثر الكبير في إنجاز هذا العمل. وأتقدم بالشكر الجزيل إلى السادة أعضاء لجنة المناقشة والحكم الأستاذ الدكتور هاشم محمد إبراهيم والدكتور نارت عارف شوقه لتفضلهم قبول مناقشة هذه الرسالة متمناً لهم توجيهاتهم التي ستثري هذه الرسالة. كما وأتقدم بالشكر والتقدير إلى أساتذتي الأفاضل اللذين نلت على أيديهم شرف العلم والمعرفة. كما أتقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى الأصدقاء وزملاء الدراسة متمنياً لهم التوفيق في حياتهم العلمية والعملية لما قدموه لي من مساعدة وملاحظات.

وللجميع مني كل المحبة والتقدير وجزاهم الله عني خير الجزاء.

الباحث

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

فهرس المحتويات

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

قائمة الجداول

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

١٢	المتوسطات الحسابية والإنحراف المعياري لعبارات دافع إنجاز النجاح (ن= ١٨)	٧١
١٣	المتوسطات الحسابية والإنحراف المعياري لبُعد تجنب الفشل (ن = ١٨)	٧٢
١٤	المتوسطات الحسابية والإنحراف المعياري لإستجابات لاعبي التنس على مقياس قلق المنافسة الرياضية ومقياس دافعية الإنجاز الرياضي (ن = ١٨)	٧٣
١٥	معاملات الإرتباط بين أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية وبُعد دافع إنجاز النجاح لدى لاعبي التنس (ن = ١٨)	٧٤
١٦	معاملات الإرتباط بين أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية وبُعد دافع تجنب الفشل لدى لاعبي التنس (ن = ١٨)	٧٥

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

قائمة الملاحق

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الملخص باللغة العربية

سلام، حمزة علي. ٢٠١٣. واقع قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي التنس في الأردن، رسالة ماجستير، جامعة اليرموك. (المشرف: د. مازن رزق حتاملة).

هدفت الدراسة الى التعرف على واقع قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي التنس في الأردن، تكونت عينة الدراسة من (١٨) لاعب ولاعبة للتنس معتمدين من قبل الإتحاد الأردني للتنس، تم إستخدام الإستبيان لجمع المعلومات، الإستبيان مكون من (٢٧) عبارة لمقياس قلق المنافسة الرياضية ومن (٢٠) عبارة لمقياس دافعية الإنجاز الرياضي. تم معالجة النتائج إحصائياً بإستخدام المتوسط الحسابي، الوسيط، معامل الإرتباط البسيط، معامل سبيرمان، الإنحراف المعياري، معامل الإلتواء. أظهرت النتائج وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين بُعدي دافع إنجاز النجاح ودافع تجنب الفشل وبُعد القلق المعرفي. أظهرت النتائج أيضاً وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين بُعدي دافع إنجاز النجاح ودافع تجنب الفشل وكل من بُعدي القلق البدني والثقة بالنفس. كما وأظهرت النتائج إمكانية قياس قلق المنافسة الرياضية من خلال قياس أبعاده (دافع القلق المعرفي، دافع القلق البدني، دافع الثقة بالنفس)، وكذلك يمكن قياس دافعية الإنجاز الرياضي من خلال أبعاده (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل). يوصي الباحث بضرورة الإهتمام بالتوجيه والإرشاد النفسي للاعبين واللاعبات لتخفيف حدة الضغوط النفسية في المنافسات الرياضية، وأيضاً التعرف على

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

مصادر الضغوط النفسية لدى اللاعبين واللاعبات ومحاولة العمل على مجابهتها وعلاجها في المستقبل.

الكلمات المفتاحية: قلق المنافسة، دافعية الإنجاز

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الفصل الاول

الإطار العام للدراسة

المقدمة:

أصبح التطور العلمي سمة العصر لما يتصف به من سرعة في التقدم، وما يطرأ عليه من إتجاهات جديدة وأفكار حديثة تؤثر في أسلوبه ونتائجه مما يفتح آفاق كثيرة للتعرف على كل ما هو جديد في مجالات الحياة المختلفة، ويعد إخضاع مجالات التربية البدنية والرياضية للتطوير العلمي أمر بالغ الضرورة للوصول إلى المستويات العالية في مجالات الأنشطة الرياضية عامة ولعبة التنس خاصة، وتعتبر لعبة التنس من الألعاب الفردية التي تناولتها يد التطور والتقدم الذي طرأ عليها منذ نشأتها واستمر حتى الآن.

يعتبر علم النفس من أهم العلوم التي ترتبط بالأنشطة الرياضية حيث يساعد في حل الكثير من المشكلات ذات العلاقة بالأداء المهاري خلال ساعات التدريب أو المباريات، وبالرغم من أنه ليس في مقدور أي فرد أن يكف عن القلق كفاً نهائياً إلا أن بعضاً من القلق والإهتمام به ضروري لسلامة الحياة ولحفظ الهمة لمواجهة العقبات والصعاب لكونه يوجهنا إلى وجود الصعوبات، حتى نعمل على التغلب عليها أما الذي يجب محاربته ومحاولة الإقلال منه هو ذلك القلق المبالغ فيه والذي لا يحفز الهمة بقدر ما يحبطها ويعمل على شل الحركة بمعنى أن القلق الهادىء أمر مطلوب بل ضروري لتقدم الفرد وحفظ حياته. (محمود، ١٩٩٣)

تعتبر المنافسات الرياضية مظهراً من مظاهر النشاط الإنساني وتتطلب ضرورة تهيئة الفرد لأقصى قواه وقدراته النفسية والعقلية لتحقيق أفضل مستوى ممكن، خاصة في المواقف التقويمية الضاغطة، وترتبط المنافسات الرياضية بالعديد من المواقف الإنفعالية المتباينة في

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

قوتها وشدتها كما أنها تعتبر مصدراً لكثير من المواقف الإنفعالية ذاتها حيث تتعدد خبرات النجاح والفشل من لحظة لأخرى في غضون الموقف الواحد وكذلك تختلف من نشاط لآخر. (علاوي، ١٩٩٢)

يشير كراتي (Cratty, 1973) الى أن القلق المبالغ فيه عندما يصل إلى مستوى معين يبدأ معه الاضطراب الفسيولوجي النفسي والانهيار الفسيولوجي والنفسي للاعب مما يؤدي إلى قلة كفاءة مستوى الأداء المهاري، ويضيف علاوي (١٩٩٨) الى أن القلق هو إنفعال مركب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف وتوقع الخطر وهو خبر إنفعالي غير سار يدركه الفرد في شيء ينبع من داخله.

يوضح علاوي (١٩٩٨) إلى أن قلق المنافسة هو القلق الناجم عن المواقف التنافسية الرياضية، وهو نوع خاص من القلق يحدث لدى اللاعب الرياضي بارتباطه بمواقف المنافسة الرياضية وذلك بالمقارنة بنوع القلق كحالة وسمة، طبقا لمفهوم سبيلبرجر والذي يمكن أن يحدث للفرد في أي موقف من مواقف الحياة العامة والذي يعتبره الفرد محددا له.

وعلى ذلك يجب أن ندرك تماما أهمية شدة واتجاه القلق لدى ممارسي الأنشطة الرياضية المختلفة، نظراً لأن عددا من الرياضيين يعانون من مشكلات القلق، الأمر الذي يؤثر بدوره على مستوى أدائهم التنافسي سلباً أو إيجابا هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى نجد ان الموضوع الأكثر أهمية هو أن نسبة لا يستهان بها قد تركت ممارسة الرياضة ولعل هذا ليس راجعاً إلى التدريب البدني الشاق التي تتطلبه الرياضة الممارسة فحسب، بل لتلك الضغوط النفسية التي يواجهها الرياضي نتيجة لعدم القدرة على التكيف أو الاستمرار في ممارسة الرياضة، فالرياضيون ذوي القلق العالي سيخرجون من المباراة، إما بقرار منهم

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

شخصياً أو مبنى على عدم القدرة على تحمل المواقف الرياضية الضاغطة التي تولد القلق العالي أوانهم سيرغمون على الخروج من المباراة لقصور في أدائهم التنافسي نتيجة لقلقهم الزائد، وقد ينعكس ذلك أيضا على حياتهم التدريبية من حيث أنها مواقف ضاغطة تتميز بالتوتر الانفعالي والقلق الزائد (Klavora, 1980)

يحتل موضوع الدافعية أهمية متميزة في مجال علم النفس الرياضي بوجه عام ولعبة التنس بوجه خاص ويرجع ذلك إلى أنه يهتم بأسباب أو محركات السلوك وأن كل سلوك ورائه قوة دافعة معينة. والدافعية مصطلح شديد العمومية ويعني أن يكون الفرد نشطاً ويستمر في ذلك بحيوية ومثابرة، ومن ثم يجب على المدرب الرياضي تنمية الدافعية لدى لاعبي التنس بالطرق المختلفة للتغلب على الصعوبات التي يواجهها اللاعب أثناء التدريب والمنافسة. (Margaret, 1972).

والدافعية باعتبارها قوة محركة للاعب لكي يحقق التفوق الرياضي يمكن تصنيفها إلى دافع داخلي وهو يعني أن الأداء الرياضي يمثل هدف أو قيمة في حد ذاته، ودافع خارجي ويعتبر الأداء الرياضي في هذا الدافع وسيلة لتحقيق هدف معين خارجي مثل الحصول على جوائز معينة. (علاوي، ١٩٩٢). حيث يوجد اختلاف في مدى مساهمة كل من الدافع الداخلي والدافع الخارجي في تحقيق التفوق الرياضي، ويعتقد أنه كلما زادت صعوبة الواجب الحركي المطلوب إنجازه كلما زاد دور الدافع الداخلي في تحقيقه. (Margaret, 1972). كما أنه ليس واضحا ما هو المعدل المثالي للدوافع الداخلية والخارجية لكي تزيد من فرصة استمرار الفرد في ممارسة النشاط الرياضي وكلا النوعين مطلوبين ولكل منهما أغراض محددة. (Darthy, 1977).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

أشارت بعض الدراسات إلى العلاقة بين الدافعية والأداء الرياضي (Battaglia, 1976) حيث أن الأداء الرياضي المتفوق يتحقق من خلال لاعبين لديهم خلفية عن النجاح، الذي يستثير حاجة عالية للإنجاز المصاحب بمستوى طموح عالي. كما أن إستثارة الدافع لدى اللاعب لتحقيق الإنجاز الرياضي يمثل من (٧٠%) إلى (٩٠%) من الواجبات التدريبية، باعتبار أن التفوق الرياضي يتطلب إكتساب اللاعب للنواحي المهارية والخططية للأداء، ثم يأتي دور الدافعية ليحثهم على بذل المجهود. (William, 1983)

ويشير سنجر (Singer, 1984) إلى أن الدافعية تلعب دورا هاما في مجال التفوق الرياضي كما تؤثر على كل من التعلم ومستوى الأداء. ويعرف راتب (١٩٩٠) دافعية الإنجاز بأنها المنافسة من أجل تحقيق أفضل مستوى ممكن. في حين أشارعلاوي (١٩٩٨) الى أن دافعية الإنجاز بأنها استعداد الفرد للتنافس في موقف ما من مواقف الإنجاز في ضوء معيار أو مستوى معين من معايير أو مستويات الامتياز وكذلك الرغبة في الكفاح والنضال للتفوق في مواقف الإنجاز والتي ينتج عنها نوع معين من النشاط والفاعلية والمثابرة.

ويشير شمعون وإسماعيل (٢٠٠١) أن سمة دافعية الإنجاز تعني الرغبة في الأداء الجيد وتحقيق النجاح وهو هدف ذاتي ينشط ويوجه السلوك ويعتبر من المكونات الهامة للنجاح. ويرى الشيخ (٢٠٠٢) أن دافعية الإنجاز هي عبارة عن طاقة أو محرك هدفها تمكين الفرد من اختيار أهداف معينة والعمل على تحقيقها. كما يرى السيد (٢٠٠٢) أن سمة دافعية الإنجاز هي مجموعة المشاعر التي تدفع الفرد إلى الانخراط في نشاطات معينة تؤدي إلى بلوغه الأهداف المنشودة.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

وفي إطار التحديد السابق يمكن النظر إلى دافعية الإنجاز على أنها تمثل السعي والكفاح نحو مستوى معين من الامتياز والتفوق كما أن هدف الإنجاز يتحدد على أنه إما التنافس مع معيار أو مستوى معين للامتياز أو التنافس مع آخرين أو تنافس الفرد مع أدائه السابق ومحاولة السعي والكفاح نحو إنجاز متفرد والمثابرة على ذلك بالجهد طويل المدى نحو التمكن والسيطرة في أداء ما يتميز بالصعوبة. (علاوي،١٩٩٤)

أهمية الدراسة:

بعد الرجوع إلى الأبحاث والدراسات السابقة وجد الباحث أن العديد من الأبحاث إهتمت بموضوع الدافعية والقليل من الأبحاث تطرقت لموضوع حالة القلق وسمة القلق وغالبا ما يخلط بين حالة القلق وسمة القلق على أنهما يمثلان المفهوم نفسه. من هنا تبرز أهمية الدراسة إلى الكشف عن أثر القلق في رفع مستوى أداء اللاعبين ودافعيتهم، إضافة إلى ما يمكن أن يضيفه القلق في تحريك دافعية اللاعبين واستمرارهم والعوامل التي يمكن أن تساعد اللاعبين في المواصلة لممارسة لعبة التنس ومدى مساهمة القلق في تحقيق الإنجاز الرياضي. وتبرز أهمية الدراسة من خلال إلقائها الضوء على الجوانب التالية:

١- التعرف على درجات كل من مقياس دافعية الإنجاز الرياضي ومقياس قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي التنس.

٢- التعرف على دلالة الفروق في درجات مقياس قلق المنافسة الرياضية بين لاعبي التنس ذوي دافعية الإنجاز المتباينة.

٣- العلاقة بين كل من درجات مقياس دافعية الإنجاز ودرجات مقياس قلق المنافسة الرياضية مع مستوى الإنجاز الذي يحققه لاعبي التنس.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

وهذه العناصر بدورها تساعد المدرب في عملية انتقاء اللاعبين وكذلك تحديد أسلوب تدريبهم وإعدادهم الإعداد الجيد من جميع النواحي البدنية والمهارية والخططية والنفسية، حيث تمثل تلك الجوانب أهم الواجبات الرئيسية لعملية التدريب الرياضي والتي تمكن اللاعبين من الوصول إلى أعلى مستوى ممكن.

مشكلة الدراسة:

نعيش الآن في عصر التكنولوجيا والإنفجار المعرفي والثقافي، وعلى ذلك يجب أن ندرك تماما أهمية شدة وإتجاه القلق لدى ممارسي الأنشطة الرياضية المختلفة، نظراً لأن عددا من الرياضيين يعانون من مشكلات القلق، الأمر الذي يؤثر بدوره على مستوى أدائهم التنافسي سلباً أو إيجاباً، حيث أن التطبيق الخططي والمهاري في الملعب يرتبط عملياً بالعامل النفسي الذي يؤثر أيضاً في الجانب البدني، وإن اللياقة البدنية واللياقة النفسية تعتمد على مهارات مثل التركيز والإنتباه والثقة بالنفس، ومن هنا تبرز أهمية الإعداد النفسي في تحسين أداء اللاعبين، ومساعدتهم على مواجهة المواقف الرياضية الضاغطة التي تولد القلق المرتفع لديهم.

وفي ظل قانون لعبة التنس فإن فرصة اللاعب في تعويض أي عدد من النقاط قد يتفوق بها منافسة عليه أصبحت صعبة، مما يتطلب أن يكون اللاعب في قمة ثباته الإنفعالي ومزوداً بالدافعية الداخلية والخارجية وبعيداً تماما عن قلق المنافسة العالي الذي قد يؤثر على مستواه سلباً وبخاصة إذا كان اللاعب يواجه خصماً أفضل منه أو في نفس مستواه، ولما كانت لعبة التنس من الرياضات التي تتميز بالكثير من الإنفعالات نظراً لتعدد مهاراتها الهجومية والدفاعية، وتتميز بالمواجهة بين لاعبين أو أكثر كلا منهما يحاول قدر طاقته أن ينال السبق

© Arabic Digital Library Yarmouk University

في تسجيل النقطة، تبرز أهمية هذه الدراسة في أنها محاولة لإختبار العلاقة بين قلق المنافسة الرياضية ودافعية الإنجاز الرياضي والإستفادة منها بإعداد اللاعبين نفسياً، ومن خلال متابعة الباحث للعبة التنس وأيضا ممارستها وتدريبها لاحظ أن اللاعبين يمرون بحالات قلق مختلفة خلال المنافسات الرياضية وخاصة في المباريات الهامة أو الحاسمة مما دعى الباحث للقيام بإجراء مثل هذه الدراسة للإطلاع على الحالات التي يمر بها اللاعبين وما تأثيره على أدائهم وإنجازاتهم.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى:

١. التعرف على أبعاد قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) لدى لاعبي التنس في الأردن.

٢. التعرف على دافعية الإنجاز الرياضي (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل) المرتبطة بالمنافسة الرياضية لدى لاعبي التنس في الأردن.

٣. العلاقة بين أبعاد قلق المنافسة الرياضية ودافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي التنس في الأردن.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

تساؤلات الدراسة:

١. ما هي أبعاد قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) لدى لاعبي التنس في الأردن.

٢. ما هي دافعية الإنجاز الرياضي (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل) المرتبطة بالمنافسة الرياضية لدى لاعبي التنس في الأردن.

٣. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \geq$ ٠.٠٥) بين أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) وبعد دافع الإنجاز للنجاح لدى لاعبي التنس.

٤. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($a \geq$ ٠.٠٥) بين أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) وبعد دافع تجنب الفشل لدى لاعبي التنس.

مجالات الدراسة:

١. المجال المكاني: الإتحاد الاردني للتنس.

٢. المجال البشري: لاعبي ولاعبات التنس في الاردن.

٣. المجال الزماني: من ٢٠١٢/٠٦/٠٣ ولغاية ٢٠١٢/٠٧/٢٦.

مصطلحات الدراسة:

قلق المنافسة الرياضية: Sport Competition Anxiety

هي حالة إنفعالية للفترة التي يشترك فيها اللاعب في المنافسة وتتميز بمشاعر ذاتية وشعورية بتوقع الخطر والتوتر الجسمي وسهولة الانفعال كنتيجة لأحداث المنافسة الرياضية وما يرتبط

© Arabic Digital Library- Yarmouk University

بها من استثارة الجهاز العصبي اللاإرادي أي أن المثير الذي يبعث على استجابة القلق هو دائما موقف أو حالة المنافسة الرياضية والتي تتغير من منافسة لأخرى بصورة تتناسب مع التجديد الذي يدركه اللاعب في موقف المنافسة الرياضية. (علاوي، ١٩٩٨)

القلق المعرفي: Cognitive Anxiety

ويقصد به التوقع السلبي لمستوى اللاعب وإفتقاده للتركيز وتصور الفشل في المنافسة الرياضية. (علاوي، ١٩٩٨)

القلق البدني: Somatic Anxiety

وهو إدراك الإستثارة الفسيولوجية ويتضمن أعراض التوتر ومتاعب المعدة وغيرها من إستجابات الجهاز العصبي الأوتونومي. (علاوي، ١٩٩٨)

الثقة بالنفس: Self-Confidence

وهو البعد الإيجابي في مواجهة القلق. (علاوي، ١٩٩٨)

دافعية الإنجاز الرياضي: Sport Achievement Motivation

وتعرف بأنها إستعداد اللاعب لمواجهة موقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والإمتياز في ضوء مستوى أو معيار معين من معايير أو مستويات التفوق والامتياز عن طريق إظهار قدر كبير من النشاط والفاعلية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق والامتياز في مواقف المنافسة الرياضية. (علاوي، ١٩٩٨)

دافع إنجاز النجاح: Motive to Achieve Success

هذا الدافع يمثل الدافعية الداخلية للاعب للإقبال نحو أنشطة معينة ويدفعه لمحاولة تحقيق التفوق وبتالي الإحساس والشعور بالرضا والسعادة، وهذا الدافع لا يتأثر بالمؤشرات

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الخارجية، بل يمكن القول بأنه حالة داخلية في الفرد توجهه لتحقيق هدف معين يضعه لنفسه، ويمكن إعتبار هذا الدافع من السمات الشخصية للاعب، أي يصطبغ بالصفة الفردية الخالصة ويختلف تمام الإختلاف من لاعب لأخر. (علاوي، ١٩٩٨)

دافع تجنب الفشل: Motive to Avoid Failure

وهو تكوين نفسي يرتبط بالخوف من الفشل الذي يتمثل في الإهتمام المعرفي بعواقب أو نتائج الفشل في الأداء والوعي الشعوري بإنفعالات غير سارة مم يسهم في محاولة تجنب أو تحاشي مواقف الإنجاز الرياضي، وهذا الدافع يكون واضحاً لدى اللاعب كلما إرتفع خوف وقلق اللاعب من إحتمال توقع الفشل، أي كلما إعتقد بقلة فرصته في إحتمال النجاح. (علاوي، ١٩٩٨)

© Arabic Digital Library Yarmouk University

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولا: الإطار النظري:

المقدمة:

علم النفس الرياضي:

يعد علم النفس الرياضي جزءاً هاماً من الدراسة العلمية لحركة الإنسان بصفته رائداً أساسياً من روافد المعرفة لعلوم الرياضة والجهد البدني. كما أن المتخصصين في علوم الرياضة والجهد البدني غالباً ما يعملون على تطوير المفاهيم الخاصة لتفسير السلوك الرياضي حيث أن التنافس الرياضي له خصائص فريدة وأن معرفة الدافعية التي تصاحب المنافسات الرياضية تقدم لنا معلومات حول طبيعة الدافعية في الرياضة. (علاوي، ٢٠٠٢)

ويرى الباحث بعد إطلاعه على الدراسات المختلفة بعلم النفس الرياضي، أن علم النفس الرياضي يعتبر تخصصاً من التخصصات التي تشكل علوم الرياضة والجهد البدني فإنه يعتمد على المعارف التي توفرها التخصصات الأخرى المدرجة تحت علوم الرياضة. حيث يتطلب فهم السلوك الإنساني تكامل المعلومات من جوانب متعددة، فإذا درسنا التأثيرات النفسية للألعاب المختلفة، فإننا سنفهمها بشكل أفضل إذا أخذنا بعين الاعتبارات التأثيرات الفسيولوجية لهذا النوع من الألعاب، حيث أن التأثيرات النفسية والتغير في المزاج يمكن أن يكون مرتبطاً بالعوامل الفسيولوجية والصحة العقلية.

مفهوم علم النفس الرياضي:

إن موضوع علم النفس بشكل عام هو الإنسان من حيث أنه كائن حي يقوم بالعديد من الأنشطة التي تتفاعل بشكل واضح مع البيئة التي يعيش بها، فالإنسان يحس ويدرك ويفكر

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ويلعب ويتعلم ويتعاون ويتنافس ويتحدى وما هي إلا سلوكيات تعبر عن شخصيته في المجتمع الذي يعيش فيه، فقد اختلف التعريف بعلم النفس الرياضي وأغلب الآراء كانت تندرج في الخلط بين علم النفس الرياضي والعلوم الرياضية الأخرى مثل الفسلجة الرياضية والأمراض النفسية المصاحبة والإصابات الرياضية ومشاكل تخفيف الوزن وغيرها، ويعرف ياسين (٢٠٠٨) علم النفسي الرياضي بأنه: ذلك العلم الذي يدرس سلوك وخبرة الإنسان تحت تأثير ممارسة التربية البدنية والرياضية، ومحاولة تقوميها للإفادة منها في مهاراته الحياتية، فهو ذلك العلم الذي يدرس العوامل النفسية والعقلية المؤثرة في أداء الرياضي بشكل عام، بهدف تقليل توتره وزيادة راحته النفسية وتحسين أدائه ورفع درجة حماسه، وفق استراتيجيات معينة وأسس علمية سليمة.

ويؤكد الريماوي (٢٠٠٤) أن علم النفس هو العلم الذي يمكننا من استخدام المعطيات السلوكية من فهم العمليات الداخلية التي تقود الناس أو أفراد الكائنات الحية الأخرى ليتصرفوا بالطريقة التي تصرفوا بها.

مفهوم المنافسة الرياضية:

تعتبر المنافسة الرياضية من العوامل الهامة والضرورية لكل نشاط، سواء المنافسة مع الذات أو المنافسة في مواجهة الطبيعة، أو المنافسة في مواجهة منافس وجهاً لوجه أو المنافسة في مواجهة آخرين وغير ذلك من أنواع المنافسة الرياضية.

يرى علاوي (٢٠٠٢) أن المنافسة الرياضية هي عبارة عن: "موقف أو حدث رياضي محدد بقوانين ولوائح وأنظمة معترف بها، وفيها يحاول اللاعب الرياضي أو الفريق الرياضي إظهار وإبداء أقصى ما لديه من قدرات ومهارات واستعدادات كنتيجة لعمليات التدريب المنظمة لمحاولة تحقيق النجاح أو الفوز على منافس أو منافسين آخرين أو لمحاولة تحقيق

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

مستوى الأداء الموضوعي المتوقع من اللاعب أو من الفريق الرياضي". في حين أشار مارتنز (Martens,1990) على أن الفهم المتكامل للمنافسة الرياضية يتضمن العديد من الجوانب والمراحل في إطار مدخل التقييم الاجتماعي فالمنافسة الرياضية تتضمن مقارنة أداء اللاعب الرياضي طبقاً لبعض المستويات في حضور شخص آخر على الأقل، وهذا الشخص يكون على وعي بمحكات المقارنة وأن يكون بمقدوره تقييم عملية المقارنة". ويلاحظ أن مفهوم المنافسة الرياضية من وجهة نظر مارتنز على أنها موقف إنجاز اجتماعي نظراً لأن مواقف الإنجاز تتطلب تقييم الأداء في ضوء مستوى معين. ويتضح بأن هناك أربعة مراحل في إطار المنافسة الرياضية كعملية ترتبط كل منها بالأخرى وتتأثر بها وهي كالتالي:

- الموقف التنافسي الموضوعي.
- الموقف التنافسي الذاتي.
- الإستجابة
- النتائج

الموقف التنافسي الموضوعي:

إن الموقف التنافسي الموضوعي يعتبر بمثابة الشرط الأول الضروري لبدء عملية المنافسة، فإن الموقف التنافسي الموضوعي ينبغي أن يتضمن مقارنة الأداء بمستوى معين ووجود شخص آخر على الأقل يستطيع أن يقوم بتقييم هذه المقارنة، وعلى ذلك ففي حالة تواجد هذه المتطلبات فعندئذ يمكن لعملية المنافسة أن تبدأ.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الموقف التنافسي الذاتي:

يتضمن الموقف التنافسي الذاتي إدراكات وتفسيرات وتقييمات اللاعب للموقف التنافسي الموضوعي وفي هذه المرحلة تلعب الجوانب الذاتية للاعب دوراً هاماً مثل قدرات اللاعب المدركة ومدى ثقته في نفسه ودافعيته ومدى أهمية المنافسة بالنسبة له ومدى تقديره لمستوى المنافس أو المنافسين وغير ذلك من العوامل الشخصية والفروق الفردية الأخرى. فعلى سبيل المثال قد يشترك لاعب في منافسة ما على أساس اكتساب الخبرة، في حين يشترك لاعب آخر في نفس المنافسة على أساس الفوز بالمركز الأول.

وقد أشارت جل (Gill,1988) إلى أن سمة التنافسية والقلق التنافسي يمكن اعتبارهما من بين أهم العوامل الشخصية التي تؤثر بصورة واضحة على إدراكات وتقييم الفرد لعملية المنافسة، وهذا التقييم الذي يعتبر بمثابة الموقف التنافسي الذاتي هو الذي يحدد استجابة الفرد للمنافسة، فعلى سبيل المثال فإن اللاعب الذي يتميز بسمة التنافسية بدرجة عالية يميل إلى الاشتراك في المواقف التنافسية بالمزيد من الدافعية لتحقيق الإنجاز بدرجة أكبر من اللاعب الذي يتسم بدرجة أقل من سمة التنافسية.

الإستجابة:

مرحلة الاستجابة تتضمن إما الاستجابات الفسيولوجية مثل زيادة دقات القلب أو زيادة إفراز العرق في اليدين أو الاستجابات النفسية مثل الدافعية أو الثقة بالنفس أو الشعور بالتوتر أو القلق أو الضيق أو الاستجابات السلوكية التي تمثل في الأداء والسلوك العدواني مثلاً.

النتائج:

المرحلة الأخيرة في عملية المنافسة هي النتائج والتي تتضمن النتيجة الظاهرة في الرياضة التنافسية هي الفوز أو الهزيمة، ويرتبط الفوز أو الهزيمة بمشاعر النجاح والفشل

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ولكن العلاقة بينهما ليست علاقة أوتوماتيكية، أي أن النجاح لا يعني الفوز كما أن الهزيمة لا تعني الفشل. فقد يشعر اللاعب بالنجاح بعد أدائه الجيد بالرغم من هزيمته من منافس أقوى منه، كما يشعر اللاعب بالفشل عقب أدائه السيئ بالرغم من فوزه على منافسه.

ومشاعر النجاح أو الفشل وغيرها من النتائج الحادثة لعملية المنافسة لا تنتهي عند هذا الحد بل تقوم بإحداث عملية تغذية راجعة نحو كل من الموقف التنافس الموضوعي والموقف التنافسي الذاتي حتى يمكن بذلك التأثير على العمليات التنافسية التالية، وبالتالي إمكانية التغير في بعض العوامل الاقتصادية الموضوعية أو الذاتية للموقف التنافسي.

الخصائص النفسية للمنافسة الرياضية:

يشير زيد (١٩٨٢) الى أن المنافسة الرياضية تتمثل بخصائص متعددة مثل:

١- المنافسة نوع هام من العمل التربوي.

٢- المنافسة تتأسس على الدوافع الذاتية والإجتماعية.

٣- المنافسة الرياضية ترتبط بالإنفعالات المتعددة.

٤- المنافسة الرياضية تثير الإهتمام والتشجيع.

٥- المنافسة الرياضية تحدث في حضور مشاهدين.

٦- المنافسة الرياضية تجري على أسس وقوانين ولوائح وأنظمة معترف بها.

٧- تعاظم البث التلفزيوني للمنافسات.

٨- المنافسة الرياضية تسهم في الإرتقاء بمستوى الأجهزة الحيوية للاعب.

٩- المنافسة الرياضية إختبار وتقييم لعمليات التدريب والإعداد.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المنافسات الرياضية ومميزاتها:

أشار علاوي (١٩٩٤) الى إن المنافسات الرياضية تعتبر عاملاً هاماً لكل نشاط رياضي فالرياضة التنافسية لا يمكنها أن تستمر بدون المنافسة لكون عملية التدريب الرياضي بدون المنافسة لا يكون لها معنى، والمنافسات الرياضية ما هي إلا اختيار أو قياس لنتائج عمليات التدريب الرياضي ويعتبر التنافس في المجال الرياضي نشاط يحاول الفرد من خلاله إحراز الفوز وتحقيق أفضل مستوى ممكن ومن الملاحظ أن المنافسات الرياضية تتميز بالآتي:

١- تؤثر المنافسات الرياضية على شخصية الفرد فهي تنمي قدراته وسماته المختلفة.

٢- تتطلب المنافسات الرياضية ضرورة إستغلال الفرد لأقصى قواه وقدراته لتحقيق أفضل مستوى ممكن.

٣- ترتبط المنافسات الرياضية بالعديد من المواقف الإنفعالية التي تتميز بقوتها وشدتها.

٤- تعتبر المنافسات الرياضية مصدراً لكثير من المواقف الإنفعالية المتميزة وذلك لإرتباطها بمواقف الفوز والهزيمة.

٥- تسهم المنافسات الرياضية في الإرتقاء بجميع الوظائف البدنية والنفسية كالإدراك والتصور لما تتطلبه المنافسة الرياضية من إستخدام تلك الوظائف لأقصى مدى ممكن.

٦- تنفرد المنافسات الرياضية الفردية منها أو الجماعية بوضوح تأثير الفوز أو الهزيمة وما يمكن أن يترتب على ذلك من آثار نفسية مباشرة على الفرد.

٧- تقام المسابقات الرياضية في حضور جمهور المشاهدين الذين قد يساعد على رفع مستوى أداء اللاعبين وقد يكونوا سبباً في عدم إجادتهم.

٨- تجري المنافسات الرياضية بتطبيق قوانين ولوائح ثابتة معروفة.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ويرى سالم (١٩٩٠) أنه بتعدد الأنشطة الرياضية (جماعية، فردية) وإختلاف الأسلوب الذي يتبناه المدرب لإحراز الفوز ووفقاً لظاهرة الفروق الفردية بين المتنافسين فإن أنواع المنافسات في المجال الرياضي يمكن أن تتعدد كالآتي:

١. المنافسة بين اللاعبين، مثل أن يتنافس لاعبان أو أكثر كما في الأنشطة الرياضية، ألعاب القوى، التنس، السباحة، والمصارعة، والملاكمة، السلاح، مباريات كرة القدم، كرة السلة والكرة الطائرة.

٢. المنافسة بين أفراد الفريق الواحد فوجود أكثر من لاعب في مركز معين يتطلب من كل لاعب بذل الجهد ليحصل على ثقة مدربه حتى يمثل فريقه في هذا المركز.

٣. المنافسة بين المدربين في وضع خطط اللعب أو تعديلها.

٤. المنافسة بين الفرد ذاته وتحديده لمستويات معيارية معينة للوصول لمستوى أداء أفضل أو لتحقيق مستوى رقمي أحسن أو تحطيم رقم شخصي من وقت لآخر.

دوافع الممارسة الرياضية للمستويات العالية:

صنف علاوي (١٩٩٤) الى أن الأسباب التي تدفع ذوي المستويات العالية في الإستمرار في ممارسة النشاط الرياضي تعود إلى:

١. المكاسب الشخصية: ومن الأمثلة عليها دوافع المستوى المادي والوصول إلى مركز مرموق بجانب التمتع بالسفر.

٢. التمثيل الدولي ومن أهمها: حسن تمثيل الوطن، الإشتراك في البطولات الرياضية المختلفة.

٣. تحسين مستوى الأداء: وتشتمل على الوصول لمستوى رياضي عالي وإحراز الفوز وتحطيم الأرقام القياسية.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

٤. التشجيع الخارجي: ومن الأمثلة عليها تشجيع الأسرة والمدرب والنادي والجمهور وتشجيع الدولة.

٥. إكتساب نواحي إجتماعية: ومن أهمها تكوين علاقات وصداقات إجتماعية والإشتراك في المجالات الإجتماعية.

٦. إكتساب سمات خُلقية وإرادية: منها تعليم الصبر والجلد والثقة بالنفس وإكتساب الروح الرياضية والأخلاق الحميدة.

٧. إكتساب نواحي عقلية ونفسية وبدنية: ومن أهمها تكوين الشخصية وإثبات الذات ورفع المستوى الصحي والبدني.

٨. الميول الرياضية: ومن أهمها حب مزاولة اللعبة وهواية ممارسة النشاط الرياضي.

٩. دوافع أخرى: وتتمثل في قضاء وقت الفراغ والترويح قرب النادي أو الملاعب القريبة من المنزل.

القلق:

وفي المجال الرياضي فإن اللاعبين يواجهون العديد من المواقف، والتي ترتبط ارتباطاً مباشراً ووثيقاً بالقلق سواء في أثناء عمليات التدريب الرياضي، أو المنافسات الرياضية، وما يرتبط بكل منهما من مواقف وأحداث ومثيرات، وقد يكون له أثار واضحة مباشرة على سلوك اللاعب الرياضي، وعلى مستوى قدراته ومهاراته وكذلك علاقاته مع الآخرين. (علاوي، ١٩٩٨)

يرى راتب (١٩٩٥) أن القلق يُعتبر أحد الانفعالات الهامة، وينظر إليه على أساس أنه من أهم الظواهر النفسية التي تؤثر على أداء الرياضيين. وأن هذا التأثير قد يكون إيجابياً يدفعهم لبذل المزيد من الجهد أو بصورة سلبية تعوق الأداء.

© Arabic Digital Library- Yarmouk University

مفهوم القلق:

ويشير الخولي (١٩٧٦) إلى أن القلق خبرة وجدانية مكررة يمكن وصفها بأنها حالة من التوتر والاضطراب وعدم الاستقرار والتخوف وتوقع الخطر. وأشارت التهامي (١٩٧٩) إلى أن الموقف التنافسي الذي يمر به اللاعب يثير لديه حالة من القلق يختلف مستواها لإدراك اللاعب لهذا الموقف على أنه مهدد له أو غير مهدد، وبالتالي فإنه يستجيب لهذه المواقف بمستويات مختلفة من القلق تتناسب مع ما لها من تهديد. وأشار عبد الخالق (١٩٨٧) إلى أن القلق، مثير يعوق الأداء أو يسهله، فمستوياته العالية تعوق الأداء، بينما مستوياته المتوسطة تسهله، كما أنه إحساس بالتوتر والشر وخوف دائم لا مبرر له من الناحية الموضوعية، وغالباً ما يتعلق هذا الخوف بالمستقبل والمجهول، كما يتضمن القلق استجابة مفرطة لمواقف لا تعني خطراً حقيقياً، فقد لا تخرج في الواقع عن إطار الحياة العادية، لكن الفرد الذي يعان من القلق يستجيب لها غالباً لو كانت ضرورات ملحة أو مواقف يصعب عليها مواجهتها.

ويوضح علاوي (١٩٩٤) أن اللاعب يمر قبيل اشتراكه الفعلي في المباراة الرياضية بزمن قصير نسبياً في حالة معينة يطلق عليها "حالة ما قبل المنافسة" أو تتميز هذه الحالة ببعض المظاهر النفسية التي تؤثر على مستوى اللاعب في أثناء المباراة تأثيراً بالغاً. ويشير راتب (١٩٩٥) إلى أن القلق أنواع، فحالة القلق صفة مؤقتة تتغير من وقت إلى آخر، وهي تعبر عن درجة القلق التي يشعر بها الفرد في وقت معين، أما سمة القلق في ثابتة وتشترك في تشكيل شخصية الفرد.

واستناداً إلى مفهوم سبيلبرجر (Speilberger) لسمة القلق، إشتق مارتنز (Martens) مفهوم سمة قلق المنافسة الخاص بالمجال الرياضي، وعرف مارتنز سمة قلق المنافسة بأنها "الميل لإدراك المواقف التنافسية كتهديد، والإستجابة لهذه المواقف بمشاعر

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الخشية والتوتر"، أما حالة قلق المنافسة الرياضية فهي "إستجابة القلق التي تظهر نتيجة لموقف تنافسي معين، وتشابه أعراضها حالة القلق العامة إلا أنها تنشأ كإستجابة لمثيرات موقف رياضي محدد". (راتب، ١٩٩٥)

وأشار راتب (١٩٩٥) نقلاً عن فانك (Vanek) إلى أن "اللاعبين تنتابهم درجات معينة من القلق خلال الفترة التي تسبق اشتراكهم في المنافسات الهامة، ولكل لاعب درجة معينة من القلق تعتبر مناسبة لكي يظهر أحسن ما مكنه من أداء يطلق عليها درجة القلق الأمثل للاعب". ويضيف أن فانك يرى أن درجة القلق الأمثل جانب فردي لأبعد مدى، ففي حين يؤدي بعض اللاعبين أفضل ما لديهم من أداء وهم في حالة من الخوف والارتعاش، نجد أن هناك لاعبين آخرين يؤدون أفضل أداء لهم وهم في حالة انفعالية متزنة.

وفي ضوء هذا المفهوم قام فانك (Vanek) بتقسيم مراحل القلق التي يمر بها اللاعبون قبيل وأثناء المنافسة الرياضية إلى:

- مرحلة القلق طويل المدى: وهي المرحلة التي تسبق المنافسات بفترة طويلة.
- مرحلة قلق ما قبل المنافسة: وهي المرحلة التي تسبق المنافسة بيوم أو يومين.
- مرحلة قلق البداية: وهي المرحلة التي تسبق المنافسة بفترة قصيرة نسبياً "بضع ساعات حتى بضع دقائق" وفيها تظهر أعراض القلق والتوتر على اللاعب بصورة واضحة.
- مرحلة قلق المنافسة: وهي فترة المنافسة وما يحدث خلالها من قلق أو توتر ناجم عن الفوز أو الهزيمة أو التعادل.
- مرحلة قلق ما بعد المنافسة: وهي الحالة التي تنتاب اللاعب بعد المنافسة مباشرة وينجم قلقه أو توتره كرد فعل للفوز أو الهزيمة أو التعادل. (راتب، ١٩٩٥)

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

كما أشار بكر (١٩٩٦) نقلاً عن ماثيو تشابل (Mattouo Chabl) إلى معنى القلق بأنه "خوف غامض لا يُعرف سببه بوضوح، فالشخص القلق يشعر بالخوف ولكنه لا يدرك بوضوح مصدر خوفه".

ومن ناحية أخرى يعتبر علاوي (١٩٩٨) وراتب (١٩٩٧) أن قلق المنافسة الرياضية نوع خاص من القلق يحدث للاعب نتيجة ارتباطه بمواقف المنافسة. وأشار علاوي (١٩٩٨) إلى القلق بأنه "إنفعال مرتب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف وتوقع الخطر، وهو خبرة انفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله".

ويحدث القلق عادة عندما يشعر الفرد أو اللاعب الرياضي بالضعف أو عدم الأمان أو عدم القدرة على تحقيق أهدافه، وذلك عندما يواجه بأعمال ومسؤوليات يشعر أنها تفوق قدراته واستطاعاته، أو في حالة انزعاجه من بعض المعارف السلبية التي ترتبط بتوقع مستواه في الأداء المطلوب منه إنجازه. (علاوي، ١٩٩٨). ويعتبر القلق بمثابة إنذار أو إشارة لتعبئة كل قوى الفرد النفسية، والجسمية، لمحاولة الدفاع عن الذات والحفاظ عليها، كما قد يؤدي القلق إذا زادت حدته إلى "فقد التوازن النفسي"، الأمر الذي يثير الفرد لمحاولة إعادة التحكم في هذا التوازن النفسي، واستعادة مقوماته باستخدام العديد من الأساليب السلوكية المختلفة. (علاوي، ١٩٩٨).

يرى جمعة (١٩٩٩) أن القلق هو انفعال وجداني غير سار، يؤدي إلى اختلال التوازن النفسي للفرد نتيجة لعدم القدرة على التكيف مع البيئة، وإشباع الحاجات أو تحقيق الأهداف، يصاحبها شعور قوي بالاضطراب والتوتر الجسمي والنرفزة وتوقع الخطر الداهم والفتقار للتركيز وتصور الفشل، وقد يكون ذلك حافزاً أو دافعاً أو قد يكون مرضماً مثبطاً.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

النماذج الحديثة للقلق:

في الوقت الحالي توجد أنواع ونماذج متعددة لظاهرة القلق، ولكل من هذه الأنواع والنماذج مفهومها وتنظيرها وطرق قياسها وفيما يلي عرض لبعض النماذج المتعلقة بالدراسة الحالية:

- قلق السمة وقلق الحالة.
- قلق المنافسة الرياضية.
- سمة قلق المنافسة الرياضية.

قلق السمة وقلق الحالة:

في إطار الدراسات العملية لكل من كاتل (Cattel)، وشاير (Scheier) في الستينات من القرن الحالي، أمكن التوصل إلى بعدين رئيسيين للقلق بعد ثابت نسبياً يختلف مستواه من فرد لآخر، أي أن التباين والفروق تكون جوهرية بين المواقف وهو ما أطلق عليه الحالة. ودعمت دراسات سبيلبرجر (Spielberger, 1973) المفاهيم السابقة، وفي ضوء ذلك تم تعريف سمة القلق بأنها الفروق الفردية الثابتة نسبياً في الاستعداد للقلق والتي تميز بين الأفراد في نزعتهم نحو الاستجابة للمواقف المدركة على أنها مهددة لهم بدرجات مرتفعة الشدة من حالة القلق، كما أن حالة القلق تعزى إلى الاستجابة الانفعالية التي تحدث للفرد عند إدراكه لموقف معين على أنه مهدد له بصرف النظر عن وجود أو غياب تهديد حقيقي، ويمكن أن تتغير هذه الحالة في شدتها من وقت لآخر. وعلى ذلك فإن سمة القلق ثابتة نسبياً لدى الفرد الواحد، ومن ثم يختلف مستواها من فرد لآخر، شأنها في ذلك شأن كل سمات الشخصية، في حين نجد أن حالة القلق متقلبة أو متغيرة لدى الفرد الواحد، بحيث تزداد في مواقف الشدة والتهديد، وتنخفض في مواقف الطمأنينة والإسترخاء. (مرسي، ١٩٧٨)

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ويرجع إختلاف الأفراد في مستوى قلق السمة، إلى اختلافهم في خبراتهم السابقة واستعداداتهم السلوكية المكتسبة، وبالتالي فهم يظهرون إختلافات في درجة قلق الحالة، ووفقاً لمدى إدراك كل منهم لموقف معين على أنه مهدد له، حيث يدرك الأفراد المتميزون بالمستوى العالي في قلق السمة أغلب المواقف على أنها مهددة لهم أو يستجيبون بمستويات مرتفعة الشدة من قلق الحالة في المواقف المهددة بالفعل، ولذلك فإنهم يظهرون ارتفاعاً ملحوظاً في قلق الحالة أكثر مما يظهره الأفراد المتميزون بالمستوى المنخفض في قل السمة. (Gaudry,1979)

قلق المنافسة الرياضية:

إن قلق المنافسة الرياضية الذي يظهر في مواقف المنافسة الرياضية هو نوع خاص من القلق يحدث لدى اللاعب الرياضي بإرتباطه بمواقف المنافسات الرياضية، وذلك بالمقارنة بنوع القلق كسمة و القلق كحالة طبقاً لمفهوم سبيلرجر والذي يمكن أن يحدث للفرد في أي موقف من مواقف الحياة العامة والذ يعتبره الفرد مهدداً له. ويشير مارتنز (Martens, 1990) الى أهمية قلق المنافسة الرياضية للاعب الرياضي، كما أنه يمكن تصنيفه على أنه سمة أو حالة. (علاوي، ١٩٩٨)

سمة قلق المنافسة الرياضية:

يعرف مارتنز (Martens, 1990) سمة قلق المنافسة الرياضية على أنه "ميل اللاعب الرياضي إلى إدراك مواقف المنافسة الرياضية على أنها مهددة له والاستجابة لهذه المواقف بمشاعر توقع الخطر والتوتر" كما أشار إلى أنه يمكن التنبؤ بأن اللاعب الرياضي الذي يتميز بدرجات مرتفعة من سمة قلق المنافسة الرياضية سوف يدرك موقف المنافسة الرياضية على أنها مهددة له وبالتالي يشعر بدرجات أو مستويات عالية من القلق في موقف المنافسة

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الرياضية بالمقارنة باللاعب الذي يتميز بدرجة منخفضة من سمة قلق المنافسة الرياضية. فقد صمم مارتنز إختبار قلق المنافسة الرياضية على أن يكون مقياساً متخصصاً في المجال الرياضي وكبديل المقاييس العامة للقلق ولهذا الاختبار صورة عربية قام بتعريبها محمد حسن علاوي وقام بتقنينها واستخدمت في العديد من الدراسات في البيئة المصرية. (علاوي، ١٩٩٨)

الدافعية:

يلاحظ أن الوصول الى الإنجازات العالية في المجال الرياضي تتطلب مقومات رئيسية مختلفة مثل القدرات البدنية والفسيولوجية والمهارية وأهم من ذلك المقومات النفسية فالجاهزية النفسية مثل الرغبة والإصرار والمثابرة هي مؤشرات تظهر مدى الطموح لدى اللاعب في تحقيق مستويات عليا وهذا يكمن في شدة الدافعية والتي تعتبر من أهم العوامل النفسية لتحقيق الإنجاز المطلوب. إن موضوع الدوافع في علم النفس من الموضوعات التي تبحث عن أسباب أو محركات السلوك، أي عن القوى التي تؤدي إلى قيام الأفراد بأي سلوك أو نشاط، ويعتبر موضوع الدوافع من أهم الموضوعات التي تهم المربي الرياضي وأكثرها إثارة لاهتمامه، إذ يهمه أن يعرف لماذا يستمر بعض الأفراد في ممارسة النشاط الرياضي والمواظبة على التدريب ومحاولة الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية في حين ينصرف البعض الآخر عن الممارسة ويتقاعدوا في منتصف الطريق، ويتساءل المربي الرياضي دائما عن أهمية الحوافز التي تحفز الفرد الرياضي الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية.

ويقصد بالدوافع الحالات أو القوى الداخلية التي تحرك الفرد وتوجيه لتحقيق هدف معين، والدوافع ليست شيئاً مادياً أي أنها ليست حالات أو قوى يمكن رؤيتها مباشرة إنها هي حالة في الكائن الحي يستنتج وجودها من أنماط السلوك المختلفة ومن نشاط الكائن الحي نفسه

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ويجب علينا أن نفرق بين الدوافع وبين الحواجز فالحافز ما هو إلا موقف خارجي (اجتماعي أو معنوي أو مادي) يستجيب له الدافع. (علاوي،١٩٩٤)

ويذكر فوزي (١٩٨٠) أن "الدافع والتدريب لا بد أن يصحبها شرط ثالث حتى تتحقق عملية التعلم فاللاعب لا يستطيع أن يؤدي النشاط المطلوب بشكل يحقق له الغرض إلا إذا كان قد وصل إلى مستوى من النمو أو درجة من النضج المناسبة التي تمكنه من القيام بهذا النشاط ويتمثل هذا النضج في النواحي البدنية، والعقلية والانفعالية، إلا أدى الموقف التعليمي إلى إحباط المتعلم وفشل محاولاته". ومن وجهة نظر وارن (William, 1983) في كتابه التدريب والدافعية إن إستثارة الدافع للاعب بنية تحقيق التفوق في نشاط رياضي معين يمثل من (٧٠%) إلى (٩٠%) من العملية التدريبية. ويذكر راتب (١٩٩٠) أن دراسة موضوع الدافعية له أهمية أكيدة للمربي الرياضي واللاعب على السواء حيث أنها تعين المدرب كما تساعد اللاعب في الإجابة على تساؤلات عديدة تمثل قيمة لنجاح عملية التدريب الرياضي ومن ثم تطوير الأداء الرياضي نحو الأفضل وتحقيق التفوق. هذا والوصول بالفرد إلى أعلى المستويات ممكن في نوع النشاط، ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بتربية الفرد الرياضي وتربية شاملة ومتزنة هذا إلى جانب تنمية وتطوير مختلف قدراته ومهاراته وصفاته ومعارفه بصورة تسهم في إمكانية وصوله إلى المستويات الرياضية العالية. (سعفان، ١٩٩٧)

يذكر فهمي (١٩٦٧) أن كل سلوك يصدر عنا يكون ذي وجهة معينة تتصف بالعمق والإصرار في بعض الأحيان والسطحية في أحيان أخرى، ويعرف هذا المفهوم الذي يحدد مدى قوة هذه الوجهة التي يتجه إليها السلوك الإنساني بالدافعية وكلمة دافع اصطلاح يتضمن معنى التحريك والدفع، ويستخدمه علماء النفس ليوضحوا أن سلوك الكائن الحي يتوقف في تغيره وتعديله على إخضاع الكائن الحي أو تعريفه لعملية معينة وهذا هو التحديد الإجرائي

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

لمفهوم الدوافع كما يمكن الاستدلال على الدوافع أو استنتاجها مما نلاحظ أو مشاهد من سلوك وتصرفات.

ويعرف راجح (١٩٨٥) الدافع بأنه حالة من التوتر الجسمي النفسي كثير السلوك المتواصل وحتى يخف هذا التوتر أو يزول فيستعيد الفرد توازنه كأن لدافع اضطراب يخل بتوازن الفرد فيسعى إلى استعادة توازنه وكأن غاية السلوك هي إرضاء الدافع بإزالة التوتر لاستعادة التوازن.

كما يعرفه منصور والشرقاوي (١٩٨٩) بأنه حالة للكائن الحي يمكن أن يستدل عليها من تتابعات السلوك الموجهة نحو أهداف معينة، ويؤدي تحقيقها إلى إنهاء التتابع وتعمل هذه الحالة على استثارة السلوك وتنشيطه وتوجيهه نحو الهدف.

ويعرف راتب (١٩٩٠) الدافع بأنه "حالة من التوتر تثير السلوك في ظروف معينة وتوجهه وتؤثر عليه". ويذكر كلاً من درويش والحماحمي (١٩٧٧) أن الدافعية تعد من الطاقات التي ترسم للفرد أهدافه وغاياته لتحقيق هدف معين، وعلى ذلك فإن المدخل لتوجيه سلوك الفرد يكون من خلال تفهم حاجاته ودوافعه، فالدوافع تبعث من الحادات الرئيسية للفرد وتمثل الطاقات التي توجه السلوك، نحو هدف أو غرض معين هذا وتعد الحاجات الأساسية البيولوجية حاجات لا يمكن للفرد الاستغناء عنها، إذ يتحتم عليه أن يشبعها حتى يبقى على قيد الحياة كما أن الحاجات النفسية ترتبط برغبة الفرد في إتمام العمل المنوط به والحصول على نتائج إنجازه.

ويشير جل (Gill, 1988) إلى أن العوامل الشخصية التي تحدد مستوى الدافعية تتحدد في مستوى الطموح، القول الاجتماعي، الرغبة لتفادي الفشل، الحاجة للتفوق، الرغبة في النجاح، مستوى القلق، مفهوم الذات، مصدري الدافعية داخلي وخارجي.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

أهمية الدافعية:

أشار درويش والحماحمي (١٩٧٧) أن الدافعية الرياضية ذات أهمية كبيرة في الأنشطة الرياضية، فالدافعية تتأثر بطرق متعددة إيجابية أو سلبية، مما يؤثر بالتالي في فعالية تعلم المهارة الرياضية، ومستوى الأداء وطريقة إستجابات اللاعب للمواقف والأشياء.

- إن الدوافع تحرك الطاقة الكامنة في الفرد وتتعاون المثيرات الخارجية مع الظروف الداخلية في إستثارة النشاط أو العمل.
- إن تحديد الفرص من النشاط أو السلوك أو التنبؤ بالنتائج المستقبلية يكون بمثابة تهيئة الظروف لعمل الدوافع.
- إختيار نوع النشاط وتحديده، فالدوافع تجعل الفرد يستجيب لبعض المواقف ويهمل بعضها الآخر.
- للدوافع دور هام في توجيه السلوك نحو الهدف الذي يشبع الدافع.
- الدافع القوي يؤخر ظهور التعب ويحول دون الملل وبذلك يزيد من إنتباه وإدراك الفرد ويزيد من قدرته على مقاومة التعب والتغلب على ما يصادفه من عقبات وصعوبات تقف في طريق تحقيقه للهدف.

وظيفة الدافعية:

إن وظيفة الدافعية تتمثل في اختيار اللاعب لنوع النشاط الرياضي الذي يريد أن يمارسه وفترة استمراره في ممارسة هذا النشاط الرياضي. كما أن مستوى أداء اللاعب يعبر عن المستوى الأمثل للدافعية خاصة في موقف الاختبار أو المنافسة يتطلب مستوى معين ملائم من حالة الإستثارة حيث أن لكل لاعب مستوى ملائم من درجة الإستثارة التي تمكنه من

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

تحقيق أفضل أداء في موقف المنافسة أو عند إختباره في نشاط رياضي معين. (راتب، ١٩٩٠)

ويشير راتب (١٩٩٠) نقلاً عن كراتي (Cratty) وفيشر وكرايج (Fisher & Graige) إلى أنهم تمكنوا من تقسيم الدافعية إلى فئات متعددة من خلال الوظيفة هي:

١. مرحلة الممارسات الأولية للنشاط الرياضي.

٢. مرحلة الممارسة التخصصية للنشاط الرياضي.

٣. مرحلة المستويات الرياضية العالية (مرحلة المنافسات الرياضية).

الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:

وبالنسبة للمجال الرياضي قد ذكر علاوي (١٩٩٨) نقلاً عن روديك (Rudik) أن أهم الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تتمثل في الآتي:

١. الدوافع المباشرة.

٢. الدوافع غير المباشرة.

١. الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي:

يمكن تلخيص أهم الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي فيما يلي:

أ- الإحساس بالرضا والإشباع بسبب النشاط العضلي المستخدم.

ب- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركة الذاتية للفرد.

ج- الشعور بالإرتياح كنتيجة لا تغلب على التدريبات الصعبة أو التي تتطلب قدر كبير من الشجاعة والجرأة.

د- الإشتراك في المنافسات التي تعتبر ركناً هاماً بالنسبة للنشاط الرياضي.

ه- تسجيل الأرقام في المسابقات لإثبات التفوق، وكذلك إحراز الفوز في البطولات.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

٢. الدوافع غير المباشرة للنشاط الرياضي:

يمكن تلخيص أهم الدوافع غير المباشرة للنشاط الرياضي فيما يلي:

أ- محاولة إكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي.

ب- ممارسة النشاط الرياضي يسهم في رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج.

ج- ضرورة ممارسة النشاط الرياضي.

د- الوعي للدور الإجتماعي الذي تقوم به الرياضة. (قشقوش ومنصور، ١٩٧٩)

تعريف دافعية الإنجاز:

يعرف راتب (١٩٩٠) دافع الإنجاز بأنه "المنافسة من أجل تحقيق أفضل مستوى ممكن". ولقد أشار الجرواني (١٩٩٠) إلى الدافع للإنجاز بأنه يرتبط بأهداف محددة وبشكل عام يتضمن السلوك المنجز والنشاط الذي نتجه مباشرة نحو الاحتفاظ بمستويات معينة من الإنجاز والتفوق العقلي في المنافسة. ويذكر راتب (١٩٩٥) أن "دافعية الإنجاز أو دافعية التفوق تقيد من أقــوى الدوافع التي تكمن خلف كل نجاح أو تفوق في المجالات الحياة المختلفة ومنها ولا شــك الأداء الرياضــي".

ويشير عنان (١٩٩٥) إلى دافعية الإنجاز في المجال الرياضي بأنها "استعداد اللاعب للاقتراب من موقف المنافسة إيجابياً ويتضمن ذلك عدة مفاهيم مثل الرغبة في التفوق والسعي الجاد المخطط واقعياً لإنجاز النجاح في المنافسة الرياضية وبناء الأهداف الواقعية من خلال مستوى الطموح الإيجابي. ويعرف علاوي (١٩٩٨) دافعية الإنجاز بصفة عامة بأنها "استعداد الفرد للتنافس في موقف ما من مواقف الإنجاز في ضوء معيار أو مستوى معين من معايير أو مستويات الامتياز وكذلك الرغبة في الكفاح والنضال للتفوق في مواقف الإنجاز والتي ينتج عنها نوع معين من النشاط والفاعلية والمثابرة. ويشير عمارة (١٩٩٩) أن دافعية الإنجاز هي"

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

قدرة اللاعب على التخطيط الجيد وبذل الجهد والرغبة في الكفاح والتفوق والسعي لتحقيق أفضل مستوى عن طريق التميز في منافسة الآخرين أو تفوق اللاعب على نفسه مع أداء المهارات الحركية التي تتميز بالصعوبة بقدر أكبر من الدقة والكفاءة". ويشير شمعون وإسماعيل (٢٠٠١) أن سمة دافعية الإنجاز تعني الرغبة في الأداء الجيد وتحقيق النجاح وهو هدف ذاتي ينشط ويوجه السلوك ويعتبر من المكونات الهامة للنجاح. ويشير محمود (٢٠٠٢) أن سمة دافعية الإنجاز هي حاجة لدى الفرد للتغلب على الصعاب والنضال من أجل السيطرة على التحديات الصعبة وهي الميل إلى وضع مستويات مرتفعة من أداء الفرد ثم تحقيقها والعمل بمواظبة ومثابرة مستمرة.

ويشير علاوي (٢٠٠٢) أن دافعية الإنجاز الرياضي والتي يقصد بها استعداد اللاعب لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتياز في ضوء مستوى أو معيار معين من مستويات أو معايير التفوق والامتياز عن طريق إظهار أكبر قدر ممكن من النشاط والفاعلية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق والامتياز في مواقف المنافسة الرياضية. كما يعتبر الشيخ (٢٠٠٢) أن دافعية الإنجاز هي عبارة عن طاقة أو محرك هدفها تمكين الفرد من اختيار أهداف معينة والعمل على تحقيقها. ويشير السيد (٢٠٠٢) أن سمة دافعية الإنجاز هي مجموعة الشاعر التي تدفع الفرد إلى الانخراط في نشاطات معينة تؤدي إلى بلوغه الأهداف المنشودة.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

سلوك الإنجاز:

هناك بعض الجوانب العامة التي يتميز بها سلوك الإنجاز ومنها ما يلي:

١. إختيار السلوك:

يقصد بالإختيار في سلوك الإنجاز قرار الفرد بالإتجاه نحو سلوك معين من بين مجموعة من الإختبارات، ويفترض أن هذا الإختبار يتحدد عن طريق توقع الفرد للنجاح في نوع النشاط الرياضي الذي يختاره للممارسة الإيجابية. فكأن الإختيار عن طريق توقعات الأداء والقيمة التي يدركها الفرد والمرتبطة بهذا الإختيار يكون على إفتراض تفسير الفرد لقدراته وإستعداداته وكفاءته وإمكانية التفوق أو النجاح كما يدركها بنفسه.

٢. شدة السلوك:

يقصد بشدة السلوك القوة المميزة للسلوك أو مستوى ودرجة تنشيط السلوك ويلاحظ في الرياضة أن هناك إعترافاً وتقديراً للاعب الذي يبذل المزيد من شدة الجهد في التدريب أو المنافسات الرياضية وفي ضوء ذلك يفترض أن هذا اللاعب يتميز بدرجة عالية من دافعية الإنجاز.

٣. المثابرة على السلوك:

يقصد بالمثابرة على السلوك مدى الفترة التي يمكن فيها إستمرار أو دوام السلوك وعما إذا كان السلوك يستمر لفترات طويلة أو متوسطة أو قصيرة أم يستمر لفترة معينة ثم ينقطع ويتوقف، فكأن المثابرة على السلوك تعنى استمرارية اللاعب في الممارسة الرياضية وإنجذابه نحو الإشتراك في التدريب والمنافسة لتحقيق أفضل مستوى ممكن في حين أن الإفتقار إلى المثابرة على السلوك تؤدي في النهاية إلى إبتعاد اللاعب عن الممارسة أو عدم تحقيق النجاح. (علاوي، ١٩٩٨)

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

عوامل الدافعية المؤثرة في الإنجاز الرياضي:

أشار راتب (١٩٩٥) الى أن العوامل المؤثرة في الإنجاز الرياضي تتمثل في النقاط التالية:

١. يعتبر التفوق في الأداء نتاج كل من الخبرات السابقة وتأثير البيئة الراهنة وتوقع النتائج في المستقبل.

٢. تتأثر مقدرة الشخص ودافعيته للتفوق بالخبرات السابقة في سنوات العمر المبكر والتأثر بكل من عاملي الوراثة والبيئة.

٣. تعمل البيئة الراهنة كمرشد لأداء اللاعب ويتأثر ذلك بطبيعة الأداء نفسه وحالة لإستثارة الإنفعالية الخاصة به.

٤. يعتبر مستوى أداء اللاعب هو حصيلة كل من القدرة والكفاءة المميزتين له.

٥. تلعب النواحي المعرفية والمعتقدات دوراً هاماً في دعم دافعية التفوق الرياضي.

٦. يعتبر الباعث عاملاً مساعداً في زيادة قوة الدافع والإختيار بين البدائل ولكن ليس هو العامل الأوحد.

٧. يمكن إجمال التفوق في الأداء الرياضي من خلال مستوى أداء اللاعب وقدرة استمراره في ممارسة الأداء.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

خصائص الشخصية المميزة بدافعية إنجاز عالية:

تعتبر دافعية الإنجاز من بين الجوانب المهمة في نظام الدافعية للاعب الرياضي ومن بين أهم خصائص الشخصية للاعب الذي يتميز بدافعية عالية للإنجاز كما أشار علاوي (١٩٩٨) ما يلي:

- يهتم بالإمتياز والتفوق من أجل التفوق والإمتياز ذاته وليس من أجل ما يمكن أن يترتب عليه من مكافآت أو فوائد أو مكاسب خارجية.
- يضع لنفسه أهدافا مدروسة تتميز بالمخاطرة المحسوبة ومثيرة للإهتمام مع إهتمامه بالأهداف المستقبلية ذات المدى البعيد.
- يملك القدر الكبير من الدافعية الداخلية والثقة بالنفس.
- يميل إلى زيادة شدة السلوك عقب خبرة الفشل وذلك بالنسبة للأداء الذي يرتبط بدرجة عالية من الصعوبة.
- يفضل العمل مع زميل آخر على أساس محك القدرة ومستوى الأداء وليس على أساس محك الصداقة والزمالة.
- يميل إلى التعلم بصورة أسرع بالمقارنة بالآخرين والأداء بكفاءة وإصلاح الأخطاء.
- يتسم بمستوى عالٍ من فاعلية الذات ودافعية الكفاءة والقدرة على إدارك قدراته وإستطاعاته.

ويضيف راتب (١٩٩٠) وعنان (١٩٩٥) إلى خصائص وسمات الشخصية المميزة بدافعية إنجاز عالية ما يلي:

- إظهار مقداراً عالياً من المثابرة على تطوير الأداء.
- إظهار خصائص نوعية من المهارات والأداء.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

- إظهار قدراً من إنجاز الأداء في التدريب والمنافسة.
- التوجه نحو المهارة أكثر من التوجه نحو الذات.
- يعرفون واجباتهم أكثر من إعتمادهم على توجهات الآخرين.
- يتسمون بالدافعية في المواقف التي تتطلب المغامرة أو المخاطرة.
- يتطلعون إلى أداء المواقف التي تتطلب التحدي.
- يتحملون المسئولية فيما يقومون به من أعمال.
- يحبون معرفة نتائج أدائهم لتقييم قدراتهم وتطويرها نحو الأفضل.

تأثير الجانب السلبي لدافع الإنجاز:

تشير الشماع (١٩٧٧) إلى أن رودن (Rudin) أوضح الجانب السلبي لدافع الإنجاز وذهب إلى أن دافع الإنجاز القوى قد يؤثر تأثيراً سيئاً على المجتمع من الناحية النفسية فتنتشر الأمراض النفس جسمية كما تشتد التوترات النفسية. ويرى عبد القادر (١٩٧٧) أن الدافع المرتفع للإنجاز له بعض الأعراض الجانبية فقد يؤدي بالفرد إلى العدوان وخرق بعض الأعراف الخلقية وقد يترتب عن زيادة حدته الدافعة عندما تنعدم فرص النجاح إلى زيادة التوتر عند الفرد وتعرضه لبعض الاضطرابات النفس جسمية وهو نتيجة عامة لزيادة حدة أي دافع نفسي.

نظرية حاجة الإنجاز:

يشير علاوي (١٩٩٨) الى أن نظرية حاجة الإنجاز لماكيلاند (Mcclelland, 1961) أتكنسون (Atkinson, 1974) تم تقديمها في الأصل للتطبيق في المجال التعليمي وخاصة بالنسبة للإنجاز المعرفي واقتبسها بعض الباحثين في علم النفس الرياضي وحاولوا الإفادة منها في المجال الرياضي وخاصة في المجال الدافعية للرياضيين. وهذه النظرية تشير

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

إلى أن دافعية الإنجاز تعتبر بمثابة استعداد الفرد للإقبال أو الإحجام بالنسبة لموقف ما من مواقف الإنجاز وهي المواقف التي يتوقع فيها الفرد أن أدائه سوف يتّم تقييمه. ومن بين هذه المواقف في الحياة العامة مواقف الامتحانات النظرية أو العملية أو الشخصية في المجال التعليمي أو الأكاديمي أو المقابلات الشخصية للاختبار لوظيفة معينة. أما في المجال الرياضي فيمكن اعتبار موقف المنافسة الرياضية من أهم مواقف الإنجاز. فكأن نظرية حاجة الإنجاز في مجال دافعية الإنجاز في الرياضة تشير إلى استعداد اللاعب للإقبال أو الإحجام تجاه موقف من مواقف الإنجاز الرياضي وبصفة خاصة مواقف المنافسة الرياضية كما يدخل في نطاق هذا التحديد رغبة اللاعب في التفوق والتميز.

وهذه النظرية يمكن صياغتها في إطار المحددات التالية:

- العوامل أو الدوافع الشخصية.
- العوامل الموقفية.
- النتائج المتوقعة.
- المحصلة النهائية لدافعية الإنجاز.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

نبذة تاريخية عن لعبة التنس:

يعتبر الفرنسيون أول من طوروا لعبة التنس وأعطوها الشكل فكلمة تنس اشتقت من كلمة فرنسية (Tenez) ومعناها إلعب، ويرجع الفضل في ذلك إلى مبشّر قدم اللعبة للملعب الملكي في فرنسا خلال القرن العاشر، وفي القرن الحادي عشر كانت اللعبة تمارس في بيوت الرهبان، واستخدم الحبل كشبكة والطين كخطوط للملعب وبعد ذلك أصبحت لعبة وطنية في فرنسا وكان في باريس لوحدها (١٠٠٠) ملعب. وفي القرن الرابع عشر بدأت اللعبة كلعبة ملكية في بريطانيا وبدأ كل من هنري السابع وهنري الثامن في دعم هذه اللعبة وبناء الملاعب في جميع أنحاء إنجلترا، وفي عام (١٨٧٣) طور الميجر وولتر ونجفيلد قوانين اللعبة بحيث يكسب المرسل فقط النقاط ثم تطورت اللعبة بعدها وبدأ نادي كروكيت في بريطانيا يهتم باللعبة حيث نظم أول بطولة ويمبدلون عام (١٨٧٧) على الملاعب العشبية إلى أن أخذت اللعبة شعبيتها في أمريكا ودول العالم المتقدمة، وبدأ تنظيم البطولات العالمية والذي ظهر من خلال إقامة أول بطولة سميت بكاس ديفز عام (١٩٠٠). وبالرغم من دخول هذه اللعبة في الألعاب الأولمبية عام (١٨٩٦) لكنها اختفت من هذه الألعاب بعد البطولة الأولمبية عام (١٩٢٤) في باريس، ثم عاودت الظهور في أولمبياد المكسيك وأولمبياد لوس أنجلوس عام (١٩٨٤) كلعبة إستعراضية ثم دخلت رسمياً في ألعاب سيئول عام (١٩٨٨). وفي الأردن يعود تاريخ اللعبة إلى نهاية العقد الثالث من العقد العشرين حين مارسها الشباب بعفوية دون تخطيط أو توجيه على عدة ملاعب في عمان لا تتعدى في عددها ستة ملاعب، وفي عام (١٩٥٢) تأسس نادي عمان الرياضي وتم تشييد ثلاثة ملاعب للتنس كانت مركزاً لهذه الرياضة وانطلقت أول بطولة باركها جلالة الملك الحسين عام (١٩٥٩)، وخلال هذه الفترة أنشأ النادي الأرثوذكسي ملعبين ساهما في نشر اللعبة، وبعد أن علا بنيان مدينة الحسين للشباب عام (١٩٦٨) تم إنشاء ستة

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ملاعب للتنس، وفي سنوات الثمانينات شهدت رياضة التنس طفرة حقيقية ففي عام (١٩٨٠) تأسس أول اتحاد للتنس بعدها أمر جلالة الملك الحسين ببناء ستة ملاعب لإتحاد التنس وإيفاد مجموعة من الناشئين والناشئات في معسكر تدريبي للولايات المتحدة وفي عام (١٩٨١) كان الأردن عضواً بالإتحاد العربي للتنس وعضواً في الاتحاد الآسيوي عام (١٩٨٧)، وفي عام (١٩٨٨) أصبح عضواً في الإتحاد الدولي للتنس حيث بدأ بالمشاركة في بطولات كأس ديفز. (عزت، ١٩٩٣)

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ثانياً: الدراسات السابقة

الدراسات العربية:

أجرى **الأعسر وزملاءه (١٩٨٣)** دراسة هدفت الى التعرف على العلاقة بين دافعية الإنجاز وبعض المتغيرات العقلية والشخصية والإجتماعية في المجتمع القطري وذلك على عينة قوامها (١٠٦) من طالبات جامعة قطر، واشتملت الدراسة على عدد من المحاور ومنها مقياس دافعية الإنجاز الرياضي، إختبار الإستدلال اللغوي، مقياس الحاجات، مقياس التوافق الأسري ومقياس التوافق في البيئة الجامعية، وتم إستخدام معامل الإرتباط بيرسون لبيان طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة، وأسفرت الدراسة عن تفاوت في النتائج كما أسهمت في تحديد ملامح ومكونات برنامج يوضع بهدف تنمية دافعية الإنجاز لدى طلاب المجتمع القطري.

قام **سامي (١٩٨٦)** بإجراء دراسة هدفت الى التعرف على السلوك القيادي لمدربي الكرة الطائرة وعلاقته بالإنجاز الرياضي، وبلغت عينة الدراسة (١٢) مدرباً اختيرت عمدياً من جميع مدربي ولاعبي الفرق المشتركة ببطولة جمهورية مصر العربية للشركات، وتم إستخدام المنهج الوصفي المسحي، وقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين بعدي السلوك القيادي وفقاً لوصف اللاعبين لمدربهم وأيضاً وجود إرتباط إحصائي بين السلوك القيادي والإنجاز الرياضي.

قام **الجمل (١٩٩١)** بإجراء دراسة هدفت الى بناء مقياس لإتجاهات طلاب قسم التربية الرياضية بجامعة طنطا نحو ممارسة بعض الرياضات الفردية وبلغت عينة الدراسة (١٠٠) طالب من الفرقة الأولى إختيروا عمدياً وتم إستخدام المنهج الوصفي وقد توصلت الدراسة إلى بناء مقياس ذو صدق وثبات عالي وبلغت عبارات المقياس (١٢٠) عبارة.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

أجرى **سمرين وأبو حليمة (١٩٩٦)** دراسة هدفت الى التعرف على مستويات ومصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات منتخبات الألعاب الجماعية الوطنية في الأردن، وتكونت عينة الدراسة من (٩٨) لاعباً ولاعبة، وقام الباحثان بإستخدام المنهج الوصفي المسحي، وتم إستخدام أدوات بحث مثل قائمة تقييم الذات لقياس قلق المنافسة الرياضية، قائمة تقييم الذات لقياس قلق السمة، بالإضافة إلى مقياس مصادر القلق حيث تم إعداده من قبل الباحثان. وقد أشارت النتائج الى أن مستوى قلق الحالة أثناء المنافسة يمتاز بدرجة كبيرة لدى اللاعبين واللاعبات، وكانت أهم مصادر القلق لدى اللاعبين واللاعبات، الإمكانات، اللاعبون، الحكام، الحوافز، الإعلام الرياضي، إدارة المنتخب، الجمهور الرياضي والجهاز التدريبي.

قام **علي (١٩٩٨)** بإجراء دراسة هدفت الى التعرف على علاقة قلق المنافسة الرياضية ودافعية الإنجاز الرياضي وبعض مكونات الإعداد البدني الخاص وعلاقته بالمستوى الرقمي لمتسابقى الميدان والمضمار، واستخدم الباحث المنهج الوصفي واشتملت عينة البحث على (١٣٤) لاعباً من المشتركين في بطولة جمهورية مصر العربية، وتم استخدام أدوات بحث مثل قائمة دافعية الإنجاز الرياضي، قائمة قلق المنافسة الرياضية، وأشارت أهم النتائج إلى وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد قلق المنافسة الرياضية ودافعية الإنجاز الرياضي.

قام **السيد (٢٠٠٠)** بإجراء دراسة هدفت الى بناء مقياس من أجل التعرف على الضغوط النفسية لدى لاعبي كرة السلة، وبلغت عينة الدراسة (٧٤) لاعب بالدرجة الأولى والممتازة اختيروا بالطريقة العشوائية، وتوصلت الدراسة إلى بناء مقياس الضغوط النفسية لدى لاعبي كرة السلة ذو صدق وثبات عالي.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

قام **الزهراني (٢٠٠٢)** بإجراء دراسة هدفت الى التعرف على مدى تأثير حالة القلق والثقة على تركيز الإنتباه وسرعة رد الفعل لدى حكام الكرة الطائرة السعوديين، وتكونت عينة الدراسة من (٥١) حكماً. وقد تم قياس حالة القلق والثقة بالنفس بواسطة قائمة قياس حالة قلق المنافسة الرياضية لمارتز وآخرون. وتم قياس تركيز الإنتباه لدى عينة الدراسة بواسطة اختبار مهارات تركيز الانتباه لدى الحكام في الأنشطة الرياضية لواينبرج وريتشاردسون. وقد أظهر تحليل البيانات عن وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين كل من حالة القلق الجسمي وحالة القلق المعرفي وبين تركيز الإنتباه لدى عينة الدراسة، ووجود علاقة طردية دالة إحصائصاً بين حالة الثقة بالنفس وتركيز الإنتباه لدى عينة الدراسة كما أظهرت النتائج عن عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين كل من حالة القلق الجسمي وحالة القلق المعرفي وحالة الثقة بالنفس وبين سرعة رد الفعل الإختياري لدى عينة الدراسة. كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين حكام الدرجة الأولى، الدرجة الثانية، الدرجة الثالثة وبين الحكام المستجدين، لصالح حكام الدرجة الأولى، الدرجة الثانية، الدرجة الثالثة في متغير حالة الثقة بالنفس وكذلك متغير تركيز الإنتباه. ووجود فروق دالة إحصائياً بين حكام الدرجة الأولى وبين حكام الدرجة الثانية، الدرجة الثالثة، لصالح حكام الدرجة الثانية، الدرجة الثالثة في متغير سرعة رد الفعل الإختياري.

قام **جاسم (٢٠٠٢)** بإجراء دراسة هدفت الى التعرف على علاقة القلق بمستوى أداء الدحرجة الأمامية بالطلوع على عارضة التوازن. استخدام الباحث المنهجي المسحي. وتكونت عينة الدراسة من طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية للبنات بجامعة بغداد وعددهن (١٠) طالبات واختيرت بالطريقة العمدية. واستخدم الباحث أدوات بحث مثل استمارة الإستبيان، المقابلات الشخصية، وأظهرت نتائج الدراسة الى وجود علاقة ارتباط معنوية سلبية

.بين عامل القلق ومستوى الأداء بمهارة الطلوع بالدحرجة على عارضة التوازن. وتبين ومن خلال النتائج الإحصائية لعامل القلق بأن مستوى القلق لمعظم أفراد العينة كان بالحدود الطبيعية، وأظهرت نتائج البحث بأن بعض أفراد العينة حصلوا على درجة عالية في الأداء بالرغم من إرتفاع مستوى القلق لديهم.

أجرى **خليفة والعوضي (٢٠٠٥)** دراسة هدفت الى التعرف على علاقة قلق المنافسة الرياضية بدافعية الإنجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة المشتركين في أسبوع شباب الجامعات المصرية، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي واشتملت عينة البحث على (٩٦) لاعباً من طلاب جامعات مصر، واستخدم الباحثان أدوات بحث مثل قائمة دافعية الإنجاز الرياضي، قائمة قلق المنافسة الرياضية، وأشارت أهم النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين دافعية الإنجاز الرياضي بأبعاده وقلق المنافسة الرياضية بأبعادها الثلاثة ولصالح المنتخبات التي حصلت على المراكز الأربعة الأولى في الترتيب العام.

قام **عبد الفتاح (٢٠٠٦)** بإجراء دراسة هدفت الى التعرف على علاقة السمات الدافعية بمستوى الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة، واستخدم الباحث المنهج الوصفي واشتملت عينة البحث على (٩٦) لاعباً للكرة الطائرة بالدوري الممتاز، واستخدم الباحث أدوات بحث منها مقياس السمات الدافعية للرياضيين، قائمة دافعية الإنجاز الرياضي، وأشارت أهم النتائج الى وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين درجات السمات الدافعية ومستوى الإنجاز الرياضي بين لاعبي الفرق ذوى المستوى العالي والمستوى المنخفض.

قام **أحمد (٢٠٠٧)** بإجراء دراسة هدفت الى التعرف على علاقة دافعية الإنجاز الرياضى بقلق المنافسة لدى ناشئ كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج الوصفى واشتملت عينة البحث على (٣٠) ناشئاً لكرة القدم تحت (١٦) سنة، واستخدم الباحث أدوات بحث منها قائمة

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

دافعية الإنجاز، قائمة قلق المنافسة الرياضية، وأشارت أهم النتائج الى وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين بعدى دافع انجاز النجاح وتجنب الفشل وقلق المنافسة الرياضية بأبعادها الثلاثة.

قام **الصبابحة (٢٠٠٧)** بإجراء دراسة هدفت الى التعرف على القلق وعلاقته بمستوى الأداء للرياضات الفردية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية، وقام الباحث بإستخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠) طالباً وطالبة من كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية والمسجلين لمساق الألعاب الفردية، حيث بلغ عدد الطلبة الذكور (١٧) طالباً والإناث (٣٣) طالبة. استخدم الباحث مقياس القلق الذي وضعه سبيلبرجر وآخرون. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة بين القلق والأداء بشكل عام حيث كانت هذه العلاقة ذات دلالة إحصائية في رياضة السباحة وقريبة من المعنوية في رياضة الجمباز وبعيدة عن المعنوية في رياضة ألعاب القوى.

قام **جابر (٢٠٠٨)** بإجراء دراسة هدفت الى التعرف على واقع سمة قلق المنافسة الرياضية عند عدائي المسافات المتوسطة في فلسطين. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (٣٢) لاعباً، ولجمع بيانات الدراسة وتحقيق أهدافها تم استخدام المنهج الوصفي، وتم استخدام اختبار قلق المنافسة الرياضية من تصميم راينز مارتنز أعد صورتها العربية علاوي (١٩٩٨). أظهرت نتائج الدراسة أن واقع سمة قلق المنافسة الرياضية عند لاعبي المسافات المتوسطة في فلسطين كانت قليلة جدا لدى عينة البحث، وقد أوصى الباحث بضرورة الإهتمام بالأعداد النفسي وإستخدام الأساليب الحديثة في التغلب على زيادة القلق مثل التدريب على الإسترخاء والإسترخاء العقلي.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

قام **منصور (٢٠١٠)** بإجراء دراسة هدفت الى التعرف على الذكاء الإنفعالي وعلاقته بقلق المنافسة الرياضية ونتائج البطولات لناشئي الجمباز. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (٩٣) من ناشئي الجمباز تم إختيارهم بالطريقة العمدية من فرق الأندية المشتركة في بطولة الإسكندرية المفتوحة وذلك خلال العام التدريبي (٢٠٠٩ - ٢٠١٠) حيث إشتملت على ناشئي الجمباز المشتركين في بطولات تحت (١٠، ١١، ١٣) سنة بنين، وفي بطولات ناشئي الجمباز تحت (١١، ١٣) سنة بنات، وتم إستخدام مقياس الذكاء الإنفعالي لناشئي الجمباز من إعداد الباحث وقائمة حالة قلق المنافسة الرياضية للأطفال من إعداد ستادليس أعدها الباحث للغة العربية، وتم تطبيق هذه القائمة قبل بداية البطولة بنصف ساعة، وأظهرت النتائج متوسطات الذكاء الإنفعالي وقلق المنافسة الرياضية لدى ناشئي الجمباز، بالإضافة الى وجود علاقة دالة إحصائيا بين الذكاء الإنفعالي وحالة قلق المنافسة الرياضية ونتائج البطولات لناشئي الجمباز البنين والبنات.

قام **أبو الليل (٢٠١١)** بإجراء دراسة هدفت الى التعرف على قلق المنافسة وعلاقته ببعض الجوانب النفسية لدى لاعبي المنتخبات الرياضية بجامعة المنيا. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة مكونة من جميع اللاعبين واللاعبات بالمنتخبات الرياضية للألعاب الفردية والجماعية بجامعة المنيا، واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين كل من القلق المعرفي والقلق البدني وبين العدوان الرياضي لدى كل من اللاعبين واللاعبات بالمنتخبات الرياضية للألعاب الفردية والجماعية بجامعة المنيا، وأظهرت النتائج أيضا وجود علاقة إرتباطية موجبة ودالة إحصائيا بين الثقة بالنفس وتركيز الإنتباه لدى كل من اللاعبين واللاعبات بالمنتخبات الرياضية للألعاب الفردية والجماعية بجامعة المنيا.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الدراسات الأجنبية:

أجرى جل وهادلستون **(Gill & Huddleston, 1981)** دراسة هدفت الى تحديد ما العلاقة بين درجات قلق الحالة التنافسية والمستوى الرقمي للاعبات ألعاب القوى، واشتملت العينة على (١٩) لاعبة تم تقسيمهم لمجموعتين إحداهما ذات المهارة العالية والأخرى ذات المهارة الأقل وتم إستخدام مقياس سمة قلق المنافسة الرياضية وذلك في أوقات مختلفة من التدريب وقبل السباق، وأشارت النتائج إلى وجود فروق معنوية بين متوسطي درجات قلق الحالة للعينة كلها قبل اللقاء بخمس وأربعين دقيقة وقبل السباق مباشرة لصالح قبل السباق مباشرة وإن درجات قلق الحالة لدى المجموعة ذات المهارة الأقل تزيد عن المجموعة ذات المهارة الأعلى في معظم القياسات.

أجرى ألبرت وزملاءه **(Albert et al, 1982)** دراسة هدفت الى التعرف على العلاقة بين الحاجة للإنجاز والحاجة للإنتماء، وتم تطبيق مقياس مكون من (٣٠) فقرة لقياس الحاجة للإنجاز والحاجة للإنتماء على عينة مكون من (١٦٤) فرداً من كلا الجنسين، وتوصلت الدراسة الى وجود إرتباط موجب بين الحاجة للإنجاز وكل من الحاجة للإنتماء ومستوى الصف الدراسي لدى كلا الجنسين.

قام جونسون **(Johnson, 1984)** بإجراء دراسة هدفت الى التعرف على تأثير الشخصية على دافعية الإنجاز، واشتملت العينة على (١٠٠) من طالبات الجامعة، تم تطبيق بعض أدوات البحث ومنها إستبيان توجيه الأسرة والعمل، مقياس عزو النجاح والفشل، مقياس الإتجاه نحو المرأة ومقياس الشخصية، تم إستخدام تحليل الإنحدار المتعدد حيث أشارت النتائج إلى أن متغيرات الشخصية مجتمعة كانت لدافعية الإنجاز.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

قام بونيتا **(Bonita, 1991)** بإجراء دراسة هدفت الى التعرف على العوامل النفسية والإجتماعية الرئيسية في إحترف الشباب الرياضي، واشتملت العينة على (١٠) من لاعبي الجمباز تراوحت أعمارهم ما بين (١٠) الى (١٦) سنة، واستخدمت المقابلات الشخصية المقننة من خلال مجموعة من الخبراء، واشتملت العينة ايضاً على آباء اللاعبين والمدربين الحاليين أو السابقين لهم، وأجريت الملاحظة المقننة لأفراد العينة لمدة (٨) أسابيع بمعدل من (١ – ٢) ساعة في الأسبوع، وأسفرت النتائج الى أن الإحتراف يتحدد من خلال عوامل متعددة نفسية وإجتماعية للاعبين إضافة إلى الخبرات الشخصية السابقة ومدى أهمية وقيمة المشاركة الرياضية لهم.

أجرى **برسلر وبيبر (Bresler & Pieper, 1992)** دراسة هدفت الى التعرف على القلق التنافسي ومصادر القلق بين لاعبي ألعاب القوى وكرة القدم في المدارس الثانوية، واستخدم الباحثان إختبار القلق التنافسي للرياضيين وذلك للتعرف على العلاقة بين المصادر المعروفة للتكيف مع القلق التنافسي، وتظهر أهمية هذه الدراسة بصفة خاصة في معرفة الإرتباط بين مصادر التكيف والقلق للاعبي ألعاب القوة وكرة القدم، وأظهرت النتائج وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الدرجات التي تحققت في الإختبارين، وأظهرت نتائج تحليل الإنحدار أن معيارين من قائمة مصادر التكيف للقلق وهما (الثقة والقبول) كانت عوامل لها قيمة تنبؤية لخاصية القلق التنافسي.

أجرى **بارفت وهاردي (Parfitt & Hardy, 1993)** دراسة هدفت الى التعرف على تأثير القلق التنافسي في مجال الذاكرة ومهام متابعة المرتدة من اللوحة بين لاعبي كرة السلة، وكانت نواحي الأداء تتمثل في عمل متعلق بالذاكرة قصير المدة والخاص بنقل المعلومات بمهارة متابعة الكرة المرتدة من اللوحة، وأظهرت نتائج عن وجود علاقة عكسية

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ذات دلالة بين القلق المعرفي والقلق البدني، ووجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين القلق المعرفي ومهارة متابعة الكرة المرتدة من اللوحة كما إتفقت نتائج تحليل التباين مع هذه النتيجة، وتبين أن هناك أثراً سلبيا على القلق البدني على المهارة.

أجرى **ويلسون وجريجوري (Willson & Gergory, 1994)** دراسة هدفت الى التعرف على درجة القلق لعينة مكونة من (٣٦) رياضياً من الشباب، وقد استخدم الباحثان في هذه الدراسة مقياس حالة القلق ومقياس سمة القلق لسبيلبيرجر إلى جانب مقياس النقاط الستة لليكرت لقياس عدم الجدية في المباريات، وأظهرت النتائج إرتفاع معدل القلق لدى الشباب في المباراة الصعبة مقارنة مع المباراة السهلة، كذلك إرتفاع مستوى عدم الجدية عند الشباب أثناء المباراة الصفية.

أجرى **برابافيسيس وألبرت (Prapavessis & Albert, 1996)** دراسة هدفت الى التعرف على أثر تماسك المجموعة على حالة قلق المنافسة، وقد أجريت الدراسة على (١١٠) رياضياً من ممارسي الألعاب الجماعية، واستخدم الباحثان مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية، وإستبيان بيئة المجموعة الرياضية، وأشارت النتائج إلى تناقص حالة قلق المنافسة الرياضية بالنسبة للمجموعة ذات التماسك المنخفض نتيجة لإنخفاض قيمة الزميل بالفريق وإنخفاض درجة الشعور بالمسؤولية، بالإضافة إلى وجود حالات مختلفة مرافقة لحالة قلق المنافسة الرياضية منها أهمية الحدث، الفترة الزمنية للمنافسة الرياضية، وخبرت النجاح والفشل السابقة لدى اللاعب.

أجرى **إيفا وزملاءه (Eva et al, 1997)** دراسة هدفت الى التعرف على العلاقة بين القلق التنافسي وإستخدام التصور الذهني، وقد أجريت الدراسة على (٧٥) من الناشئين المشاركين في بطولة أمريكا الشمالية للتزلج على الجليد، واستخدم الباحثون مقياس قلق

© Arabic Digital Library- Yarmouk University

المنافسة الرياضية، وإستبيان التصور الذهني، وأشارت النتائج الى وجود علاقة إيجابية بين قلق المنافسة الرياضية والقدرة على التصور الذهني، وأشارت النتائج أيضاً الى أنه يمكن إستخدام التصور الذهني للمساعدة في التحكم في مستويات القلق وتعزيز الثقة بالنفس لدى اللاعبين.

أجرى جون وجانيس **(John & Janice, 2001)** دراسة هدفت الى التعرف على العلاقات بين إختبار قلق المنافسة الرياضية، ومقياس القلق الرياضي ومقياس قلق لاعبي الهوكي في الجامعات، وقد أجريت الدراسة على (١٧٨) لاعب هوكي من مختلف الجامعات، واستخدم الباحثان مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية، ومقياس القلق الرياضي، وأشارت النتائج الى وجود علاقة إيجابية بين القلق والتقييم الإجتماعي السلبي، وأشارت النتائج أيضاً الى وجود علاقة بين القلق من الخطر البدني وعدم الرضا عن الأداء من قبل اللاعبين.

أجرى جورج وجورج **(George & George, 2004)** دراسة هدفت الى التعرف على نتائج تطبيق برنامج للتدريب العقلي وأثره على قلق ما قبل المنافسة الرياضية، الثقة بالنفس، والأداء لدى ناشئي التنس، وقد أجريت الدراسة على (٢) من نخبة لاعبي التنس الناشئين، وتم إستخدام بعض المهارات النفسية أثناء تطبيق البرنامج ومنها تحديد الهدف، التفكير الإيجابي، الحديث مع النفس، إجراءات التركيز، أساليب تنظيم الإستثارة والتصور، كما تم إختيار مجموعة أخرى مكونه من (٤) لاعبين من أجل المقارنة مع المجموعة الأولى. واستخدم الباحثان مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية، تقييم اللاعبين في (٨) جوانب لأداء التنس وبيانات إحصائية لبعض الدراسات المشابهة، وأشارت النتائج الى إرتفاع في بعد إتجاه القلق البدني والقلق المعرفي والثقة بالنفس للمجموعة الثانية في الإختبار البعدي أما المجموعة الأولى فأظهرت إنخفاض في القلق البدني مع إرتفاع في كل من القلق المعرفي والثقة بالنفس.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

وأظهرت النتائج أيضاً بأن التدريب العقلي له تأثير كبير على الجوانب النفسية والتعليمية والمهارية للاعبين لذلك ينصح بإتباع هذا الأسلوب في تدريب اللاعبين وذلك من أجل رفع مستواهم مهارياً وخططياً ونفسياً للحصول على نتائج جيدة أثناء التدريب والمنافسات.

أجرى **أوين وزملاءه (Owen et al, 2007)** دراسة هدفت الى التعرف على ردود القلق وإستخدام المهارات النفسية خلال الفترة المؤدية الى المنافسة الرياضية، وقد أجريت الدراسة على عدد من اللاعبين واللاعبات خلال دورة تنافسية لمدة (٧) أيام، واستخدم الباحثون مقياس قلق المنافسة الرياضية ومقياس الإتجاهات الرياضية، وأشارت النتائج الى وجود علاقة عكسية ذات دلالة بين ردود القلق والأداء أثناء الفترة التدريبية، وأشارت النتائج أيضا الى أهمية التركيز على إستخدام المهارات النفسية أثناء الفترة التدريبية والمنافسات الرياضية لإنها تساعد اللاعبين واللاعبات في التركيز على الأداء أثناء التدريب والمنافسات الرياضية.

قام **زان (Zan, 2009)** دراسة هدفت الى التعرف على دافعية الطلاب، الخطوبة، الرضا واللياقة القلبية والتنفسية في التربية الرياضية، وقد أجريت الدراسة على (٣٠٧) من طلاب وطالبات المدراس موزعين على (١٠١) من طلبة الصف السادس الأساسي، (٩٦) من طلبة الصف السابع الأساسي، (١١٠) من طلبة الصف الثامن الأساسي، حيث بلغ عدد الذكور (١٤٩) طالب وعدد الإناث (١٥٨) طالبة، واستخدم الباحث قائمة دافعية الإنجاز، وإستبيان الرضا عن الأداء في التربية الرياضية وإختبارات اللياقة القلبية والتنفسية، وأشارت النتائج الى وجود علاقة ايجابية ذات دلالة إحصائية بين معتقدات الطلبة والأداء الرياضي، وأشارت النتائج أيضاً الإهتمام بشكل كبير لموضوع الخطوبة لكلا الجنسين بالإضافة الى وجود فروق

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ذات دلالة إحصائية بين طلبة الصف السادس الأساسي وطلبة الصف السابع الأساسي في اللياقة القلبية والتنفسية لدى طلبة الصف السابع الأساسي.

أجرى **شيانغ لي وزملاءه (Xiangli et al, 2011)** دراسة هدفت الى التعرف على تماسك المجموعة، دافعية الإنجاز والنتائج التحفيزية لدى طالبات التربية الرياضية في الجامعات، وقد أجريت الدراسة على (١٢١) طالبة من المسجلين في مساق اللياقة البدنية، واستخدم الباحثون قائمة دافعية الإنجاز، وإستبيان الرضا عن الأداء في التربية الرياضية وإستبيان تماسك المجموعة، وأشارت النتائج الى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين تماسك المجموعة والأداء في مساق اللياقة البدنية، وأظهرت النتائج أيضاً وجود علاقة إيجابية بين الأداء والتحفيز للإنجاز الرياضي لدى الطالبات في مساق اللياقة البدنية بالإضافة الى وجود علاقة إيجابية بين دافعية الإنجاز وتماسك المجموعة.

أجرى **آدم وزملاءه (Adam et al, 2013)** دراسة هدفت الى التعرف على معلومات الأداء والإنجاز الرياضي في التنبؤ بالكفاءة الذاتية بوصفها وظيفة للمستوى المهاري لدى لاعبي الغولف الهواة، وقد أجريت الدراسة على (١٩٧) لاعب غولف موزعين على (١١٣) لاعب غولف ذو مستوى مهاري عالي و (٨٤) لاعب غولف ذو مستوى مهاري متوسط، وتم تسجيل مستوى الكفاءة الذاتية للاعبين قبل وبعد أداء جولة تنافسية بين اللاعبين المشاركين في الدراسة، وأشارت النتائج الى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الرضا عن الأداء المهاري و المستوى المهاري للاعبين لمصلحة اللاعبين ذوي المستوى المهاري العالي، وأظهرت النتائج أيضاً الى إرتفاع مؤشر الإنجاز الرياضي لدى اللاعبين ذوي المستوى المهاري العالي واللاعبين ذوي المستوى المهاري المتوسط في المرحلة البعدية من الجولة التنافسية.

© Arabic Digital Library- Yarmouk University

التعليق على الدراسات السابقة:

يتضح من العرض السابق للدراسات والأبحاث السابقة أنها حاولت دراسة قلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين واللاعبات في الجامعات، بينما إتجهت بعض الدراسات والأبحاث لدراسة دافعية الإنجاز الرياضي.

الدراسات التي تناولت موضوع قلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين واللاعبات ومنها دراسة الجمل وزملاءه (١٩٩١)، دراسة سمرين وأبو حليمة (١٩٩٦)، دراسة السيد (٢٠٠٠)، دراسة الزهراني (٢٠٠٢)، دراسة جاسم (٢٠٠٢)، دراسة خليفة والعوضي (٢٠٠٥)، دراسة الصبابحة (٢٠٠٧)، دراسة جابر (٢٠٠٨)، دراسة منصور (٢٠١٠)، دراسة أبو الليل (٢٠١١)، دراسة ألبرت وزملاءه (Albert et al, 1982)، دراسة بونيتا (Bonita, 1991)، دراسة برسلر وبيبر (Bresler & Pieper, 1992)، دراسة بارفت وهاردي (Parfitt & Hardy, 1993)، دراسة ويلسون وجريجوري (Willson & Gergory, 1994)، دراسة برابافيسيس وكارون (Prapavessis & Albert, 1996)، دراسة إيفا وزملاءه (Eva et al, 1997)، دراسة جون وجانيس (John & Janice, 2001)، دراسة جورج وجورج (George & George, 2004)، دراسة أوين وزملاءه (Owen et al, 2007).

وقد هدفت معظم هذه الدراسات والأبحاث الى دراسة تأثير قلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين واللاعبات على الإنجاز الرياضي لدى اللاعبين واللاعبات ومنها دراسة سامي (١٩٨٦)، دراسة جونسون (Johnson, 1984)، دراسة برابافيسيس وكارون (Prapavessis & Albert, 1996)، دراسة زان (Zan, 2009).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

فيما إتجهت بعض الدراسات والأبحاث الى دراسة دافعية الإنجاز الرياضي لدى اللاعبين واللاعبات ومنها دراسة الأعسر وزملاءه (١٩٨٣)، دراسة علي (١٩٩٨)، دراسة عبد الفتاح (٢٠٠٦)، دراسة أحمد (٢٠٠٧)، دراسة شيانغ لي وزملاءه (Xiangli et al, 2011) دراسة آدم وزملاءه (Adam et al, 2013).

وأهم ما يميز الدراسة الحالية أنها ركّزت على أثر قلق المنافسة الرياضية في رفع مستوى أداء اللاعبين ودافعيتهم، إضافة إلى ما يمكن أن يضيفه قلق المنافسة الرياضية في تحريك دافعية اللاعبين وإستمرارهم والعوامل التي يمكن أن تساعد اللاعبين في المواصلة لممارسة لعبة التنس ومدى مساهمة قلق المنافسة الرياضية في تحقيق الإنجاز الرياضي.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

منهجية الدراسة:

إستخدم الباحث المنهج الوصفي بالإسلوب المسحي نظراً لملائمته لطبيعة الدراسة.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع لاعبي ولاعبات التنس في الأردن والبالغ عددهم (٧٠) لاعب ولاعبة من مختلف الفئات العمرية (فئة ٨ سنوات)، (فئة ٩ سنوات)، (فئة ١٠ سنوات)، (فئة ١٢ سنة)، (فئة ١٤ سنة)، (فئة ١٦ سنة)، (فئة ١٨ سنة)، (فئة الرجال)، (فئة السيدات) والمسجلين في كشوفات الإتحاد الأردني للتنس لعام ٢٠١٢م.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من لاعبي ولاعبات التنس من (فئة ١٤ سنة) فما فوق من المشاركين في بطولة التنس التصنيفية الرابعة التي أقيمت على ملاعب الإتحاد الأردني للتنس في الفترة من ٢٠١٢/٠٦/٠٧م ولغاية ٢٠١٢/٠٦/١١م، والبالغ عددهم (٢٦) لاعباً ولاعبة للتنس، ومن ثم إقتصرت العينة على (١٨) لاعباً ولاعبة للتنس (١٠) ذكور و(٨) إناث، وذلك لضمان عدم تكرار المشتركين في البطولة من تعبئة الإستبيان أكثر من مرة، فقد يكون اللاعب أو اللاعبة مشارك في أكثر من فئة عمرية والتي تسمح له القوانين والأنظمة بالمشاركة في الفئات العمرية الأكبر.

أداة الدراسة:

إستخدام الباحث مقياس قلق المنافسة الرياضية ومقياس دافعية الإنجاز الرياضي وذلك لملائمته مع طبيعة الدراسة الحالية والذي تم تطبيقه في البيئة العربية، وذلك للتعرف على

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

واقع قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي التنس في الأردن، وذلك بعد الإطلاع على الدراسات والأبحاث السابقة والمتعلقة بموضوع الدراسة.

أما فيما يتعلق بأداة الدراسة التي تكونت من البيانات الشخصية ومجالات الأداة فقد إشتملت في صورتها الأولية على (٢٧) عبارة لقائمة قلق المنافسة الرياضية و(٢٠) عبارة لقائمة دافعية الإنجاز الرياضي (ملحق رقم (١))، وتكونت الأداة في صورتها النهائية على (٢٧) عبارة لقائمة قلق المنافسة الرياضية و(٢٠) عبارة لقائمة دافعية الإنجاز الرياضي (ملحق رقم (٣)).

أولاً: مقياس قلق المنافسة الرياضية

صمم مارتنز وزملاءه (Martens et al, 1990) قائمة لقياس حالة قلق المنافسة الرياضية وتتضمن القائمة ثلاثة أبعاد مرتبطة بقلق المنافسة الرياضية وهي كما يلي:

- القلق المعرفي: يقصد به التوقع السلبي لمستوى اللاعب وإفقاده التركيز وتصور الفشل في المنافسة الرياضية.
- القلق البدني: هو إدراك الإستثارة الفسيولوجية ويتضمن أعراض التوتر ومتاعب المعدة وغيرها من إستجابات الجهاز العصبي.
- الثقة بالنفس: هو البعد الإيجابي في مواجهة القلق.

وهذه القائمة تعتبر مقياساً معدلاً من مقياس سابق لمارتنز وأخرين وتم وضعه تحت إسم (CSAI). وقام علاوي (١٩٩٤) بإعداد الصورة العربية للمقياسين، وتم إستخدامهما في العديد من الدراسات والبحوث في البيئة المصرية وبعض البيئات العربية على عينات متعددة من الرياضيين.

© Arabic Digital Library - Yarmouk University

وتتضمن القائمة (٢٧) عبارة وفيها يطلب من المفحوص وصف شعوره قبل المنافسة الرياضية بعدة أيام على مقياس مدرج من أربعة تدريجات (دائماً، غالباً، أحياناً، أبداً). وتشتمل القائمة على (٩) عبارات لكل بُعد من الأبعاد الثلاثة على حدة.

التصحيح:

- أرقام عبارات بُعد القلق المعرفي تشمل: (١، ٤، ٧، ١٠، ١٣، ١٦، ١٩، ٢٢، ٢٥).
- أرقام عبارات بُعد القلق البدني تشمل: (٢، ٥، ٨، ١١، ١٤، ١٧، ٢٠، ٢٣، ٢٦).
- أرقام عبارات بُعد الثقة بالنفس تشمل: (٣، ٦، ٩، ١٢، ١٥، ١٨، ٢١، ٢٤، ٢٧).

وجميع عبارات القائمة بأتجاه كل بُعد فيما عدا العبارة رقم (١٤) في بُعد القلق البدني فأنها في عكس إتجاه البُعد ويتم تصحيح العبارات التي في أتجاه البُعد كما يلي: (دائماً = درجة واحدة، غالباً = درجتان، أحياناً = ثلاث درجات، أبداً = أربع درجات)، أما العبارة التي في عكس إتجاه البُعد فيتم تصحيحها كما يلي: (دائماً = أربع درجات، غالباً = ثلاث درجات، أحياناً = درجتان، أبداً = درجة واحدة)، ويتم جمع درجات كل بُعد على حدا وكل ما إرتفعت درجة المفحوص على البُعد وإقتربت من الدرجة العظمى للبُعد وقدرها (٣٦) كلما تميز بالخاصية التي يقيسها هذا البُعد.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ثانياً: مقياس دافعية الإنجاز الرياضي:

قام ولس (Willis, 1982) بتصميم مقياس نوعي خاص بالمجال الرياضي لمحاولة قياس دافعية الإنجاز الرياضي المرتبطة بالمنافسة الرياضية، وتتضمن القائمة بُعدين مرتبطين بدافعية الإنجاز هما كما يلي:

- دافع إنجاز النجاح: هو حالة داخلية في الفرد توجهه لتحقيق هدف معين يضعه لنفسه، ويمكن إعتبار هذا الدافع من السمات الشخصية للاعب ويختلف تمام الإختلاف من لاعب لأخر.
- دافع تجنب الفشل: هو تكوين نفسي يرتبط بالخوف من الفشل الذي يتمثل في الإهتمام المعرفي بعواقب أو نتائج الفشل في الأداء، والوعي الشعوري بالإنفعالات الغير سارة مما يسهم في محاولة تجنب مواقف الإنجاز الرياضي.

التصحيح:

- عبارات بُعد دافع إنجاز النجاح تشمل: (٢، ٤، ٦، ٨، ١٠، ١٢، ١٤، ١٦، ١٨، ٢٠) وكلها عبارات إيجابية في إتجاه البُعد فيما عدا العبارات رقم: (٤، ٨، ١٤) فهي عبارات عكس إتجاه البُعد.
- عبارات بُعد تجنب الفشل تشمل: (١، ٣، ٥، ٧، ٩، ١١، ١٣، ١٥، ١٧، ١٩) وكلها عبارات إيجابية في إتجاه البُعد فيما عدا العبارات رقم: (١١، ١٧، ١٩) فهي عبارات في عكس إتجاه البُعد.

ويتم تصحيح عبارات كل بُعد على حدة طبقاً لما يلي:

العبارات في إتجاه البُعد تصحح كما يلي: (درجة كبيرة جداً = ٥ درجات، درجة كبيرة = ٤ درجات، درجة متوسطة = ٣ درجات، درجة قليلة = درجتان، درجة قليلة جداً = درجة

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

واحدة)، أما العبارات في عكس إتجاه البُعد فيتم تصحيحها كما يلي: (درجة كبيرة جداً = درجة واحدة، درجة كبيرة = درجتان، درجة متوسطة = ٣ درجات، درجة قليلة = ٤ درجات، درجة قليلة جداً = ٥ درجات).

تصحيح أدوات الدراسة:

تم إعتماد سلم ليكرت للتدرج الرباعي لتقدير واقع قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي التنس في الأردن، حيث تم إعطاء الإجابات الدرجات التالية: (دائماً = درجة واحدة، غالباً = درجتان، أحياناً = ثلاث درجات، أبداً = أربع درجات)، كم تم إعطاء المتوسطات الحسابية درجة تقييم بالإعتماد على التدرج التالي:

- المتوسط الحسابي من (٠ – ٢) درجة تقييم منخفضة.
- المتوسط الحسابي من (٢,١ – ٣) درجة تقييم متوسطة.
- المتوسط الحسابي من (٣,١ – ٤) درجة تقييم مرتفعة.

وتم إعتماد سلم ليكرت للتدرج الخماسي لتقدير واقع قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي التنس في الأردن، حيث تم إعطاء الإجابات الدرجات التالية: (درجة كبيرة جداً = ٥ درجات، درجة كبيرة = ٤ درجات، درجة متوسطة = ٣ درجات، درجة قليلة = درجتان، درجة قليلة جداً = درجة واحدة) كما تم إعطاء المتوسطات الحسابية درجة تقييم بالإعتماد على التدريج التالي:

- المتوسط الحسابي من (١ – ٢,٣٣) درجة تقييم منخفضة.
- المتوسط الحسابي من (٢,٣٤ – ٣,٦٦) درجة تقييم متوسطة.
- المتوسط الحسابي من (٣,٦٧ – ٥,٠٠) درجة تقييم مرتفعة.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

صدق الأداة:

علماً بأن الأداة أستخدمت وطبقت على البيئة المصرية والعربية وحصلت على صدق وثبات، إلا أن الباحث ارتأى إستخدام صدق المحتوى للتحقق من صدق الأداة على البيئة الأردنية وذلك من خلال عرضه على هيئة من المحكمين من ذوي الإختصاص وتألفت من (٧) محكمين من أعضاء هيئة التدريس في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية من حملة الدكتوراه (ملحق رقم (٢)) وذلك من أجل إبداء الرأي في عبارات الإستبيان وتحديد موقفهم من حيث:

- مدى إنسجام العبارات ومدى تناسبها.
- الصياغة اللغوية وشمولها (واضحة وغير واضحة).
- تصنيف وتسمية العبارات حسب المجالات (مناسب، غير مناسب).
- ملاحظاتهم وإقتراحاتهم.

وبعد جمع الأداة من المحكمين، تم الإطلاع على العبارات وإقتراحاتهم وتم إعادة صياغة بعض العبارات وتصنيف العبارات من حيث شموليتها وإنسجامها، وإستقرت الأداة في صورتها النهائية على (٢٧) عبارة في قائمة قلق المنافسة الرياضية، وإستقرت الأداة في صورتها النهائية على (٢٠) عبارة في قائمة دافعية الإنجاز الرياضي.

أولاً: معامل الصدق

قام الباحث بإيجاد معامل الصدق للإختبارات النفسية قيد الدراسة بإستخدام طريقة الصدق البنائي وتطبيق الإختبارات النفسية على أفراد العينة الإستطلاعية ثم حساب معاملات الإرتباط البسيط بين درجة كل عبارة وبين مجموع درجات البُعد الذي تنتمي إليه، كما تم

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

حساب معاملات الإرتباط البسيط بين مجموع درجات كل بُعد وبين الدرجة الكلية والجداول التالية توضح ذلك.

مقياس قلق المنافسة الرياضية

جدول (١)

معاملات الإرتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس قلق المنافسة الرياضية والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه (ن = ١٥)

القلق المعرفي		القلق البدني		الثقة بالنفس	
رقم العبارة	معامل الإرتباط	رقم العبارة	معامل الإرتباط	رقم العبارة	معامل الإرتباط
١	**٠,٦٣	٢	**٠,٥٥	٣	**٠,٦٩
٤	**٠,٨٧	٥	**٠,٥٨	٦	**٠,٧٧
٧	**٠,٨٢	٨	**٠,٥٩	٩	**٠,٨٨
١٠	**٠,٨٦	١١	**٠,٧٣	١٢	**٠,٧٩
١٣	**٠,٨٩	١٤	**٠,٨٥	١٥	**٠,٧٤
١٦	**٠,٧٦	١٧	**٠,٦٨	١٨	**٠,٧٦
١٩	**٠,٦٩	٢٠	**٠,٥٠	٢١	**٠,٩٣
٢٢	**٠,٥٨	٢٣	**٠,٥٩	٢٤	**٠,٨١
٢٥	**١,٠٠	٢٦	**٠,٥٤	٢٧	**٠,٧٩

**دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (١) وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين درجة كل عبارة وبين مجموع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه الأمر الذي يشير إلى الإتساق الداخلي لمقياس قلق المنافسة الرياضية.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

جدول (٢)

معاملات الإرتباط بين درجات كل بُعد لمقياس قلق المنافسة الرياضية والدرجة الكلية

للمقياس (ن = ١٥)

الرقم	البعد	عدد العبارات	معامل الإرتباط
١	القلق المعرفي	٩	٠,٦٥**
٢	القلق البدني	٩	٠,٧٥**
٣	الثقة بالنفس	٩	٠,٧٩**

**دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (٢) وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، الأمر الذي يُشير إلى صدق الإتساق الداخلي لمقياس قلق المنافسة الرياضية.

© Arabic Digital Library Yarmouk University

جدول (٣)

معاملات الإرتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس دافعية الإنجاز الرياضي

والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه (ن = ١٥)

بعد دافع إنجاز النجاح		بعد دافع تجنب الفشل	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
٢	**٠,٩٣	١	**٠,٨٩
٤	**٠,٩٤	٣	**٠,٨٩
٦	**٠,٩٢	٥	**٠,٨٩
٨	**٠,٧٨	٧	**٠,٧٨
١٠	**٠,٩١	٩	**٠,٩٣
١٢	**٠,٩٠	١١	**٠,٩٣
١٤	**٠,٩٣	١٣	**٠,٩٠
١٦	**٠,٧٩	١٥	**٠,٨٦
١٨	**٠,٨٦	١٧	**٠,٨٧
٢٠	**٠,٩٣	١٩	**٠,٩٠

**دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (٣) وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين درجة كل عبارة وبين مجموع الدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه الأمر الذي يشير إلى صدق الإتساق الداخلي لمقياس دافعية الإنجاز الرياضي.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

جدول (٤)

معاملات الإرتباط بين درجات كل بُعد لمقياس دافعية الإنجاز الرياضي والدرجة الكلية للمقياس (ن = ١٥)

الرقم	البُعد	عدد العبارات	معامل الإرتباط
١	بُعد دافع إنجاز النجاح	١٠	٠,٧١**
٢	بُعد دافع تجنب الفشل	١٠	٠,٧٤**

**دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (٤) وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس الأمر الذي يشير إلى صدق الإتساق الداخلي لمقياس دافعية الإنجاز الرياضي.

ثبات الأداة:

قام الباحث بإجراء دراسة إستطلاعية على عينة مكونة من (١٥) لاعب ولاعبة للتنس من مجتمع الدراسة.

ثانياً: معامل الثبات

لإيجاد معامل الثبات قام الباحث بإستخدام طريقة تطبيق الإختبار ثم إعادة تطبيقه على عينة الدراسة الإستطلاعية البالغ عددهم (١٥) لاعب ولاعبة، وكانت النتائج كما يظهر في الجدول رقم (٥).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

جدول (٥)

معامل الثبات لمقياس قلق المنافسة الرياضية (ن = ١٥)

أبعاد المقياس	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الإرتباط بين التطبيقين
		س١	ع١	س٢	ع٢	ر
القلق المعرفي	درجة	٢,٦٣	٠,٢٢	٢,٣٦	٠,٢٢	٠,٦٥**
القلق البدني	درجة	٢,٥٩	٠,٩٠	٢,٥٩	٠,٩٠	٠,٧٥**
الثقة بالنفس	درجة	٢,٦٤	٠,٩٠	٢,٦٤	٠,٩٠	٠,٧٩**

**دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول (٥) وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس قلق المنافسة الرياضية مما يشير إلى ثبات المقياس.

مقياس دافعية الإنجاز الرياضي

إستخدام الباحث طريقة التجزئة النصفية لإجابات عينة الدراسة الإستطلاعية بالنسبة لكل بُعد بإستخدام معادلة سبيرمان براون (Spearman Prawn) وجتمان (Guttman) لإيجاد معامل الإرتباط بين العبارات الزوجية والعبارات الفردية لكل مقياس والجدول رقم (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)

معامل الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس دافعية الإنجاز الرياضي (ن = ١٥)

الرقم	البعد	عدد العبارات	التجزئة النصفية	
			سبيرمان براون	جتمان
١	دافع إنجاز النجاح	١٠	٠,٦٩٥	٠,٧٤١
٢	دافع تجنب الفشل	١٠	٠,٧٠٧	٠,٧٢٨

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

يتضح من الجدول رقم (٦) وجود علاقة إرتباطية كبيرة بين نصفي أبعاد المقياس، حيث بلغت أكثر من (٠,٧٠) الأمر الذي يشير إلى درجة ثبات عالية لمقياس دافعية الإنجاز الرياضي.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

إجراءات تطبيق الدراسة:

قام الباحث بإتباع الإجراءات التالية في تطبيق أداة الدراسة:

- تم إرسال كتاب من عمادة كلية التربية الرياضية إلى الإتحاد الأردني للتنس لتسهيل مهمة الباحث (ملحق رقم (٤)).
- تم حصر أعداد اللاعبين واللاعبات تحت مظلة الإتحاد الأردني للتنس.
- قام الباحث بزيارة ميدانية إلى مواقع تدريب اللاعبين واللاعبات وتم التنسيق مع الإداريين والمدربين على المواعيد التي يمكن من خلالها توزيع الإستبيان.
- قام الباحث بتوضيح كيفية تعبئة الإستبيان في أماكن التدريب بالمواعيد التي تم الإتفاق عليها وتزويد كل لاعب ولاعبة بقلم للإجابة وذلك بإشراف الباحث خلال الفترة ما بين ٢٠١٢/٠٦/٠٣ الى ٢٠١٢/٠٧/٢٦.
- قام الباحث بتفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً.

متغيرات الدراسة:

تشمل هذه الدراسة على المتغيرات المستقلة والتابعة التالية:

أولاً: المتغيرات المستقلة:

إشتملت الدراسة على المتغير المستقل التالي:

١. قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس).

ثانياً: المتغيرات التابعة

إشتملت الدراسة على المتغير التابع التالي:

١. دافعية الإنجاز الرياضي (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المعالجات الإحصائية:

من أجل الإجابة على تساؤلات الدراسة إستخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية:

١. المتوسط الحسابي.

٢. الوسيط.

٣. الإنحراف المعياري.

٤. معامل الإلتواء.

٥. معامل الإرتباط البسيط.

٦. معامل سبيرمان براون وجتمان.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الفصل الرابع

عرض النتائج

يتضمن هذا الفصل عرض نتائج الدراسة التي تهدف الى واقع حالة قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي التنس في الأردن، فيما يلي عرض النتائج:

السؤال الأول: ما هي أبعاد قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) لدى لاعبي التنس في الأردن؟

للإجابة على هذا السؤال تم إستخدام المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لجميع مجالات مقياس قلق المنافسة الرياضية، جدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧)

المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لجميع مجالات قلق المنافسة الرياضية والأداة ككل مرتبة ترتيباً تنازلياً (ن = ١٨)

الرقم	المجالات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
١	القلق المعرفي	٢,٩١	٠,٦١	١	متوسطة
٢	القلق البدني	٢,٨٥	٠,٦٠	٢	متوسطة
٣	الثقة بالنفس	٢,٤١	٠,٦٧	٣	متوسطة
	مقياس القلق ككل	٢,٧٢	٠,٥٠	–	متوسطة

يتضح من جدول (٧) أن المتوسطات الحسابية لمجالات مقياس قلق المنافسة الرياضية تراوحت بين (٢,٤١ – ٢,٩١)، كان أعلاها لمجال (القلق المعرفي) وبالمرتبة الثانية (القلق البدني) بمتوسط حسابي قيمته (٢,٨٥) وبالمرتبة الأخيرة مجال (الثقة بالنفس) وبلغ المتوسط الحسابي للمجالات ككل (٢,٧٢) وجميعها بدرجة متوسطة.

وفيما يلي عرض للمتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لعبارات مجالات مقياس قلق المنافسة الرياضية كل على حدى.

© Arabic Digital Library Yarmouk University

المجال الأول: القلق المعرفي

جدول (٨)

المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية للمجال الأول القلق المعرفي مرتبة ترتيباً تنازلياً (ن = ١٨)

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
٤	أعاني من عدم الثقة بالنفس قبل المنافسة الرياضية.	٣,٣٣	٠,٨٤	١	مرتفعة
١٠	أعاني من عدم المقدرة على الفوز في المنافسات الرياضية.	٣,٢٨	٠,٨٣	٢	مرتفعة
٢٢	تفكيري مشغول خوفاً من عدم رضى مدربي عن أدائي في المنافسة الرياضية.	٣,١١	٠,٨٣	٣	مرتفعة
١٣	أخشى من سوء الأداء نتيجة للضغط النفسي قبل المنافسة الرياضية.	٣,٠٦	٠,٩٧	٤	مرتفعة
١٦	أخشى أن يكون أدائي سيئاً في المنافسة الرياضية القادمة.	٢,٨٩	٠,٩٠	٥	متوسطة
٧	تفكيري مشغول بمستوى أدائي في المنافسة الرياضية القادمة.	٢,٨٩	٠,٨٣	٥	متوسطة
١	أشعر بالقلق والخوف من المنافسة الرياضية القادمة.	٢,٨٣	٠,٩٢	٧	متوسطة
٢٥	تفكيري مشغول بعدم مقدرتي على التركيز في المنافسة الرياضية.	٢,٧٢	١,٢٣	٨	متوسطة
١٩	تفكيري مشغول في تحقيق هدفي من المنافسة الرياضية.	٢,٢٨	٠,٨٩	٩	متوسطة
	المجال ككل	٢,٩١	٠,٦١	—	متوسطة

يتضح من جدول (٨) أن المتوسطات الحسابية تراوحت بين (٢,٢٨ – ٣,٣٣)، كان أعلاها للعبارة رقم (٤) والتي تنص على "أعاني من عدم الثقة بالنفس قبل المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الثانية العبارة رقم (١٠) والتي تنص على "أعاني من عدم المقدرة على الفوز في المنافسات الرياضية" بمتوسط حسابي قيمته (٣,٢٨)، وبالمرتبة الثالثة العبارة رقم (١٦) والتي تنص على "تفكيري مشغول خوفاً من عدم رضى مدربي عن أدائي في المنافسة الرياضية" بمتوسط حسابي قيمته (٣,١١)، وبالمرتبة الأخيرة العبارة رقم (١٩) والتي تنص على

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

"تفكيري مشغول في تحقيق هدفي من المنافسة الرياضية" بمتوسط حسابي قيمته (٢,٢٨)، وبلغ المتوسط الحسابي للمجال ككل (٢,٩١) وهي درجة متوسطة.

المجال الثاني: القلق البدني

جدول (٩)

المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية للمجال الثاني القلق البدني مرتبة ترتيباً تنازلياً (ن = ١٨)

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
٢٣	أشعر بالتعرق في اليدين قبل المنافسة الرياضية.	٣,١٧	٠,٩٩	١	مرتفعة
١١	أشعر بإضطرابات معوية قبل المنافسة الرياضية.	٣,١١	١,٠٨	٢	مرتفعة
١٧	نبضات قلبي تدق بسرعة قبل المنافسة الرياضية.	٣,١١	٠,٧٦	٢	مرتفعة
٥	أشعر بالقلق والإحباط قبل المنافسة الرياضية.	٣,٠٦	١,٠٦	٤	مرتفعة
٨	أعاني من الإحباط قبل المنافسة الرياضية.	٢,٧٨	١,٢٢	٥	متوسطة
٢٦	أشعر بالتوتر في أعضاء جسمي قبل المنافسة الرياضية.	٢,٧٨	١,١١	٥	متوسطة
٢	تنتابني النرفزة عندما أفكر في المنافسة الرياضية القادمة.	٢,٧٢	١,٠٧	٧	متوسطة
١٤	أشعر بالإسترخاء في جسمي قبل المنافسة الرياضية.	٢,٥٠	٠,٩٢	٨	متوسطة
٢٠	أشعر بتقلصات في معدتي قبل المنافسة الرياضية.	٢,٤٤	١,٠٢	٩	متوسطة
	المجال ككل	٢,٨٥	٠,٦٠	-	متوسطة

يتضح من جدول (٩) أن المتوسطات الحسابية تراوحت بين (٢,٤٤ - ٣,١٧)، كان أعلاها للعبارة رقم (٢٣) والتي تنص على "أشعر بالتعرق في اليدين قبل المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الثانية العبارتان رقم (١١) ورقم (١٧)، وتنصان على "أشعر بإضطرابات معوية قبل المنافسة الرياضية" و"نبضات قلبي تدق بسرعة قبل المنافسة الرياضية" بمتوسط حسابي قيمته (٣,١١)، وبالمرتبة الثالثة العبارة رقم (٥) والتي تنص على "أشعر بالقلق والإحباط قبل المنافسة الرياضية" بمتوسط حسابي قيمته (٣,٠٦)، وبالمرتبة الأخيرة العبارة رقم (٢٠) والتي

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

تنص على "أشعر بتقلصات في معدتي قبل المنافسة الرياضية" بمتوسط حسابي قيمته (٢,٤٤)، وبلغ المتوسط الحسابي للمجال ككل (٢,٨٥) وهي درجة متوسطة.

المجال الثالث: الثقة بالنفس

جدول (١٠)

المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية للمجال الثالث الثقة بالنفس مرتبة ترتيباً تنازلياً (ن = ١٨)

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
٢١	أشعر بالراحة النفسية والإستقرار قبل المنافسة الرياضية.	٢,٦٧	١,٠٣	١	متوسطة
٣	أشعر بالهدوء والإطمئنان قبل المنافسة الرياضية.	٢,٦١	٠,٧٨	٢	متوسطة
١٢	أشعر بالإطمئنان والراحة النفسية قبل المنافسة الرياضية.	٢,٥٦	٠,٩٢	٣	متوسطة
٦	أشعر بالراحة النفسية قبل المنافسة الرياضية.	٢,٥٠	٠,٧٩	٤	متوسطة
٢٧	لدي ثقة بأنني سأتغلب على ضغوطات المنافسة الرياضية.	٢,٣٩	٠,٩٨	٥	متوسطة
٩	أشعر بالثقة في نفسي قبل المنافسة الرياضية.	٢,٣٣	١,٠٣	٦	متوسطة
٢٤	أشعر بثقة بالنفس لأنني تهيأت ذهنياً للأداء الجيد في المنافسة الرياضية.	٢,٣٣	٠,٩١	٦	متوسطة
١٥	أثق في مقدرتي على مواجهة التحديات في المنافسة الرياضية.	٢,١٧	٠,٩٩	٨	متوسطة
١٨	لدي ثقة بأنني سوف أقدم أداء جيد في المنافسة الرياضية.	٢,١١	٠,٩٠	٩	متوسطة
	المجال ككل	٢,٤١	٠,٦٧	–	متوسطة

يتضح من جدول (١٠) أن المتوسطات الحسابية تراوحت بين (٢,١١ – ٢,٦٧)، كان أعلاها للعبارة رقم (٢١) والتي تنص على "أشعر بالراحة النفسية والإستقرار قبل المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الثانية العبارة رقم (٣) والتي تنص على "أشعر بالهدوء والإطمئنان قبل المنافسة الرياضية" بمتوسط حسابي قيمته (٢,٦١)، وبالمرتبة الثالثة العبارة رقم (٤) والتي

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

تنص على "أشعر بالإطمئنان والراحة النفسية قبل المنافسة الرياضية" بمتوسط حسابي قيمته (٢,٥٦)، وبالمرتبة الأخيرة العبارة رقم (١٨) والتي تنص على "لدي ثقة بأنني سوف أقدم أداء جيد في المنافسة الرياضية" بمتوسط حسابي قيمته (٢,١١)، وبلغ المتوسط الحسابي للمجال ككل (٢,٤١) وهي درجة متوسطة.

السؤال الثاني: ما هي دافعية الإنجاز الرياضي (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل) المرتبطة بالمنافسة الرياضية لدى لاعبي التنس في الأردن؟

للإجابة على هذا السؤال تم إستخدا المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لجميع مجالات مقياس دافعية الإنجاز الرياضي، جدول (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١)

المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لجميع مجالات دافعية الإنجاز الرياضي والأداة ككل مرتبة ترتيباً تنازلياً (ن = ١٨)

الرقم	المجالات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
١	دافع إنجاز النجاح	٢,٨٢	٠,٤٠	١	متوسطة
٢	دافع تجنب الفشل	٢,٧٤	٠,٥٠	٢	متوسطة
	مقياس الدافعية ككل	٢,٧٨	٠,٤٦	–	متوسطة

يتضح من جدول (١١) أن المتوسطات الحسابية لمجالات مقياس دافعية الإنجاز الرياضي تراوحت بين (٢,٧٤ – ٢,٨٢)، كان أعلاها لمجال (دافع إنجاز النجاح) وبالمرتبة الثانية (دافع تجنب الفشل) بمتوسط حسابي قيمته (٢,٧٤) وبلغ المتوسط الحسابي للمجالات ككل (٢,٧٨) وجميعها بدرجة متوسطة.

وفيما يلي عرض للمتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لعبارات مجالات مقياس دافعية الإنجاز الرياضي كل على حدى.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المجال الأول: دافع إنجاز النجاح

جدول رقم (١٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات دافع إنجاز النجاح (ن= ١٨)

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
٢	يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه البدني والمهاري والخططي.	٢,٢٨	١,٠٧	٣	ضعيفة
٤	التفوق في الرياضة التي أمارسها لا يعتبر من أهدافي الأساسية.	١,٥٠	٠,٩٩	١٠	ضعيفة
٦	أستمتع بتحمل المسؤولية والتي يرى بعض اللاعبين الآخرين بأنها عملية صعبة	٢,٧٢	٠,٩٦	٢	متوسطة
٨	الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد	١,٨٣	١,٢٥	٨	ضعيفة
١٠	لدي الإستعداد للتدرب طوال العام بدون إنقطاع لكي أحقق أهدافي الرياضية	٢,١٧	١,٠٤	٤	ضعيفة
١٢	الفوز في المنافسة الرياضية يمنحني درجة كبيرة من الشعور بالرضا	٢,١٧	١,٢٩	٤	ضعيفة
١٤	أفضل القيام بفترة راحة بعد الإنتهاء من المنافسة الرياضية	٣,٢٤	٠,٩٧	١	متوسطة
١٦	لدي رغبة عالية جداً لكي أكون ناجحاً في الرياضة التي أمارسها	١,٧٨	٠,٨٨	٩	ضعيفة
١٨	أحاول جاهدا أن أكون الأفضل في المنافسة الرياضية	٢,٠٦	١,١١	٦	ضعيفة
٢٠	هدفي أن أكون مميزاً في الرياضة التي أمارسها	١,٨٩	١,٠٨	٧	ضعيفة
	المجال ككل	٢,٨٢	٠,٤٠		متوسطة

يتضح من جدول (١٢) أن المتوسطات الحسابية تراوحت بين (١,٥٠ – ٣,٢٤)، كان أعلاها للعبارة رقم (١٤) والتي تنص على "أفضل القيام بفترة راحة بعد الإنتهاء من المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الثانية العبارة رقم (٦) والتي تنص على "أستمتع بتحمل المسؤولية والتي يرى بعض اللاعبين الآخرين بأنها عملية صعبة" بمتوسط حسابي قيمته (٢,٧٢)، وبالمرتبة الثالثة العبارة رقم (٢) والتي تنص على "يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية

© Arabic Digital Library - Yarmouk University

لتحسين مستواه البدني والمهاري والخططي" بمتوسط حسابي قيمته (٢,٢٨)، وبالمرتبة الأخيرة العبارة رقم (٤) والتي تنص على "التفوق في الرياضة التي أمارسها لا يعتبر من أهدافي الأساسية" بمتوسط حسابي قيمته (١,٥٠)، وبلغ المتوسط الحسابي للمجال ككل (٢,٨٢) وهي درجة متوسطة.

المجال الثاني: دافع تجنب الفشل

جدول رقم (١٣)

المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري لعبارات دافع تجنب الفشل (ن = ١٨)

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
١	أجد صعوبة في محاولة النوم بعد خسارتي في المنافسة الرياضية.	٤,٠٠	٠,٩١	٢	مرتفعة
٣	عندما أرتكب خطأ في الأداء أثناء المنافسة الرياضية فإنني أحتاج لبعض الوقت لكي أنسى هذا الخطأ.	٣,٢٨	٠,٨٩	٦	متوسطة
٥	ينتابني الخوف قبل مشاركتي في المنافسة الرياضية مباشرة.	٣,٤٤	١,٠٤	٥	متوسطة
٧	أخشى الخسارة في المنافسة الرياضية.	٣,٠٦	١,٢١	٧	متوسطة
٩	في بعض الأحيان عندما أخسر في المنافسة الرياضية فإن ذلك يضايقني لعدة أيام.	٣,٥٦	١,١٥	٤	متوسطة
١١	لا أجد صعوبة في النوم خلال الليلة التي تكون قبل المنافسة الرياضية.	٣,٠٠	١,٣٣	٨	متوسطة
١٣	أشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية.	٣,٧٢	٠,٨٣	٣	مرتفعة
١٥	عندما أرتكب خطأ في الأداء فإن ذلك يربكني طوال فترة المنافسة الرياضية.	٤,١١	٠,٦٨	١	مرتفعة
١٧	قبل إشتراكي في المنافسة لا أنشغل في التفكير عما يمكن أن يحدث في المنافسة الرياضية أو عن نتائجها.	٢,٧٦	١,٠٣	٩	متوسطة
١٩	أستطيع أن أكون هادئا في اللحظات التي تسبق المنافسة الرياضية مباشرة.	٢,٥٠	١,٣٤	١٠	متوسطة
	المجال ككل	٢,٧٤	٠,٥٠		متوسطة

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

يتضح من جدول (١٣) أن المتوسطات الحسابية تراوحت بين (٢,٥٠ - ٤,١١)، كان أعلاها للعبارة رقم (١٥) والتي تنص على "عندما أرتكب خطأ في الأداء فإن ذلك يربكني طوال فترة المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الثانية العبارة رقم (١) والتي تنص على أجد صعوبة في محاولة النوم بعد خسارتي في المنافسة الرياضية" بمتوسط حسابي قيمته (٤,٠٠)، وبالمرتبة الثالثة العبارة رقم (١٣) والتي تنص على "أشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية" بمتوسط حسابي قيمته (٣,٧٢)، وبالمرتبة الأخيرة العبارة رقم (١٩) والتي تنص على "أستطيع أن أكون هادئاً في اللحظات التي تسبق المنافسة الرياضية مباشرة" بمتوسط حسابي قيمته (٢,٥٠)، وبلغ المتوسط الحسابي للمجال ككل (٢,٧٤) وهي درجة متوسطة.

السؤال الثالث: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (a ≥ ٠.٠٥) بين أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي - القلق البدني - الثقة بالنفس) وبعد دافع الإنجاز للنجاح لدى لاعبي التنس؟

جدول (١٤)

المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري لإستجابات لاعبي التنس على مقياس قلق المنافسة الرياضية ومقياس دافعية الإنجاز الرياضي (ن = ١٨)

أبعاد المقياسين	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
قلق المنافسة الرياضية	القلق المعرفي	٢,٩١	٠,٦١	٢,٨٨	- ١,٠٦
	القلق البدني	٢,٨٥	٠,٦٠	٢,٨٨	- ١,٥٣
	الثقة بالنفس	٢,٤١	٠,٦٧	٢,٥٥	٠,١٥
دافعية الإنجاز الرياضي	دافع إنجاز النجاح	٢,٥٩	٠,٩٠	٣,٠٠	- ٠,٢٦
	دافع تجنب الفشل	٢,٦٤	٠,٩٠	٣,٠٠	- ٠,٢٤

© Arabic Digital Library Yarmouk University

يتضح من الجدول (١٤) أن قيم معاملات الإلتواء لإستجابات لاعبي التنس على كل من مقياس قلق المنافسة الرياضية وقائمة دافعية الإنجاز الرياضي تراوحت ما بين (٠,١٥ – – ١,٥٣) أي أنها تنحصر ما بين (±٢) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في إستجاباتهم لعبارات المقياسين قيد البحث.

جدول (١٥)

معاملات الإرتباط بين أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية وبعد دافع إنجاز النجاح لدى لاعبي التنس (ن = ١٨)

أبعاد القياس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة الإرتباط مع بعد دافع إنجاز النجاح
القلق المعرفي	٢,٩١	٠,٦١	– ٠,٧٣**
القلق البدني	٢,٨٥	٠,٦٠	٠,٩٣**
الثقة بالنفس	٢,٤١	٠,٦٧	٠,٧٩**

قيمة معامل الإرتباط الجدولية عند ٠,٠٥   **دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول (١٥) وجود علاقة إرتباطية عكسية "سالبة" دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين بعد دافع إنجاز النجاح وبعد القلق المعرفي في حين توجد علاقة إرتباطية طردية "موجبة" دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين بعد دافع إنجاز النجاح وبعدي القلق البدني والثقة بالنفس.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

السؤال الرابع: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (a ≥ ٠.٠٥) بين أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي – القلق البدني – الثقة بالنفس) وبعد دافع تجنب الفشل لدى لاعبي التنس؟

جدول (١٦)

معاملات الإرتباط بين أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية وبعد دافع تجنب الفشل لدى لاعبي التنس (ن = ١٨)

أبعاد القياس	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة الإرتباط مع بعد دافع تجنب الفشل
القلق المعرفي	٢,٦٣	٠,٢٢	- ٠,٨٩**
القلق البدني	٢,٥٩	٠,٩٠	٠,٨٧**
الثقة بالنفس	٢,٦٤	٠,٩٠	٠,٨٨**

قيمة معامل الإرتباط الجدولية عند ٠,٠٥ = ٠,٥١٤ **دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول (١٦) وجود علاقة إرتباطية عكسية "سالبة" عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين بعد دافع تجنب الفشل وبعد القلق المعرفي في حين توجد علاقة إرتباطية طردية "موجبة" دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين بعد دافع تجنب الفشل وبعدي القلق البدني والثقة بالنفس.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الفصل الخامس

مناقشة النتائج

يتضمن هذا الفصل مناقشة نتائج الدراسة التي تهدف إلى التعرف على واقع حالة قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي التنس في الأردن، وسيتم مناقشة النتائج بناء على نتائج أسئلة الدراسة.

أولاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الأول

السؤال الأول: ما هي أبعاد قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) لدى لاعبي التنس في الأردن؟

أظهرت النتائج المتعلقة بمقياس قلق المنافسة الرياضية أن المتوسطات الحسابية لمجالات مقياس قلق المنافسة الرياضية كان أعلاها مجال "القلق المعرفي"، وبالمرتبة الثانية مجال "القلق البدني" وبالمرتبة الأخيرة مجال "الثقة بالنفس"، وجاءت جميعها بدرجة متوسطة، وربما يعود السبب في ذلك إلى أن هذا الشعور إستجابة للمخاوف والصراعات أو الهموم التي تنجم عن الإحباط الفعلي أو المتوقع للجهود المبذولة من أجل إرضاء الحاجات وما يتصل بها من دوافع وحوافز، والقلق إستجابة إنفعالية أو خبرة إنفعالية مؤلمة يمر بها الفرد وتُصاحب بإستثارة عدد من الأجهزة الداخلية، التي تخضع للجهاز العصبي المستقل. وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة علي (١٩٩٨) على وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) وأبعاد دافعية الإنجاز الرياضي (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل).

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المجال الأول: القلق المعرفي

أظهرت النتائج المتعلقة بالقلق المعرفي أن المتوسطات الحسابية كان أعلاها للعبارة التي تنص على "أعاني من عدم الثقة بالنفس قبل المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الثانية العبارة التي تنص على "أعاني من عدم المقدرة على الفوز في المنافسات الرياضية"، وبالمرتبة الثالثة العبارة التي تنص على "تفكيري مشغول خوفاً من عدم رضى مدربي عن أدائي في المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الأخيرة العبارة التي تنص على "تفكيري مشغول في تحقيق هدفي من المنافسة الرياضية" جاء بعضها بدرجة مرتفعة والبعض الأخر بدرجة متوسطة، وربما يعود السبب في ذلك إلى أن نتيجة التأثير السلبي بشأن النجاح المتوقع، أو بواسطة التأثير السلبي للتقييم الذاتي للاعب يعمل نوع من القلق وعلى إضعاف قدرة اللاعب على الإنتباه والتركيز أثناء المنافسة بسبب زيادة الأفكار السلبية غير المرغوبة، وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة بارفت وهاردي (Parfitt & Hardy, 1993) على وجود علاقة إرتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين القلق المعرفي والأداء لدى لاعبي كرة السلة،. وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة الزهراني (٢٠٠٢) على وجود علاقة إرتباطية عكسية دالة إحصائياً بين القلق المعرفي والأداء لدى عينة الدراسة. وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة جاسم (٢٠٠٢) على وجود علاقة إرتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين القلق المعرفي ومستوى الأداء بمهارة الطلوع بالدحرجة على عارضة التوازن. وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة منصور (٢٠١٠) على وجود علاقة إرتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين القلق المعرفي ونتائج الأداء لدى لناشئي الجمباز البنين والبنات.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المجال الثاني: القلق البدني

أظهرت النتائج المتعلقة بالقلق البدني أن المتوسطات الحسابية كان أعلاها للعبارة التي تنص على "أشعر بالتعرق في اليدين قبل المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الثانية العبارة التي تنص على "أشعر بإضطرابات معوية قبل المنافسة الرياضية" والعبارة التي تنص على "تبضات قلبي تدق بسرعة قبل المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الثالثة العبارة التي تنص على "أشعر بالقلق والإحباط قبل المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الأخيرة العبارة التي تنص على "أشعر بتقلصات في معدتي قبل المنافسة الرياضية"، جاء بعضها بدرجة مرتفعة والبعض الأخر بدرجة متوسطة ، وربما يعود السبب في ذلك الى أن القلق البدني يحدث نتيجة إنعكاس الحالة النفسية على النواحي الجسمية للاعب، وترافقه أعراض تتشابه مع الأعراض الجسمية للقلق العام، وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة الزهراني (٢٠٠٢) على وجود علاقة إرتباطية عكسية دالة إحصائياً بين كل من القلق البدني والأداء لدى عينة الدراسة. وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة جابر (٢٠٠٨) على وجود علاقة إرتباطية عكسية دالة أحصائياً بين كل من القلق البدني والأداء لدى عدائي المسافات المتوسطة في فلسطين، وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة أبو الليل (٢٠١١) على وجود علاقة إرتباطية عكسية دالة إحصائيا بين كل من القلق البدني وبين الأداء لدى كل من اللاعبين واللاعبات بالمنتخبات الرياضية للألعاب الفردية والجماعية بجامعة المنيا.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المجال الثالث: الثقة بالنفس

أظهرت النتائج المتعلقة بالمجال الثالث الثقة بالنفس أن المتوسطات الحسابية كان أعلاها للعبارة التي تنص على "أشعر بالراحة النفسية والإستقرار قبل المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الثانية العبارة التي تنص على "أشعر بالهدوء والإطمئنان قبل المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الثالثة العبارة التي تنص على "أشعر بالإطمئنان والراحة النفسية قبل المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الأخيرة العبارة التي تنص على "لدي ثقة بأنني سوف أقدم أداء جيد في المنافسة الرياضية القادمة"، جاءت جميعها بدرجة متوسطة، وربما يعود السبب في ذلك إلى أن الثقة بالنفس تؤدي باللاعب إلى تحقيق النجاح ومواجهة الصعاب، وتنوع الإهتمامات، والثقة بالنفس تزيد من الإحساس بالمقدرة والمنافسة الرياضية بالإضافة الى الإستقلال، وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة سمرين وأبو حليمة (١٩٩٦) على وجود علاقة إرتباطية طردية دالة أحصائياً بين كل من الثقة بالنفس والأداء لدى لاعبي ولاعبات منتخبات الألعاب الجماعية الوطنية في الأردن. وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة جورج وجورج (George & George, 2004) على على وجود علاقة إرتباطية طردية دالة أحصائياً بين كل من الثقة بالنفس والأداء لدى ناشئي التنس. وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة أبو الليل (٢٠١١) على وجود علاقة إرتباطية طردية دالة إحصائياً بين الثقة بالنفس والأداء لدى كل من اللاعبين واللاعبات بالمنتخبات الرياضية للألعاب الفردية والجماعية بجامعة المنيا.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ثانياً: مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثاني

السؤال الثاني: ما هي دافعية الإنجاز الرياضي (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل) المرتبطة بالمنافسة الرياضية لدى لاعبي التنس في الأردن؟

أظهرت النتائج المتعلقة بمقياس دافعية الإنجاز الرياضي أن المتوسطات الحسابية لمجالات مقياس دافعية الإنجاز الرياضي كان أعلاها مجال "دافع إنجاز النجاح"، وبالمرتبة الثانية مجال "دافع تجنب الفشل"، وجاءت جميعها بدرجة متوسطة، وربما يعود السبب في ذلك إلى أن الدافعية حالة من التوتر النفسي والفسيولوجي قد يكون شعوري أو لا شعوري يدفع الفرد إلى القيام بأعمال ونشاطات وسلوكات لإشباع حاجات معينة للتخفيف من التوتر وإعادة التوازن للسلوك والنفس عامة. وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة خليفة والعوضي (٢٠٠٥) على وجود فروق دالة إحصائياً بين دافعية الإنجاز الرياضي بأبعاده (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل) وقلق المنافسة الرياضية بأبعادها (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) لدى المنتخبات التي حصلت على المراكز الأربعة الأولى في الترتيب العام.

المجال الأول: دافع إنجاز النجاح

أظهرت النتائج المتعلقة بعبارات دافع إنجاز النجاح أن المتوسطات كان أعلاها للعبارة التي تنص على "أفضل القيام بفترة راحة بعد الإنتهاء من المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الثانية العبارة التي تنص على "أستمتع بتحمل المسؤولية والتي يرى بعض اللاعبين الآخرين بأنها عملية صعبة"، وبالمرتبة الثالثة العبارة التي تنص على "يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه البدني والمهاري والخططي"، وبالمرتبة الأخيرة العبارة التي تنص على "التفوق في الرياضة التي أمارسها لا يعتبر من أهدافي الأساسية"، جاء

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

بعضها بدرجة متوسطة والبعض الأخر بدرجة منخفضة، ربما يعود السبب في ذلك إلى أن دافعية الإنجاز هي المحصلة النهائية للنجاح وهي تلك الدوافع التي توجه سلوك الفرد لتوظيف إمكانياته في التعامل بكفاءة وإيجابية لتحقيق النجاح، وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة أحمد (٢٠٠٧) على وجود علاقة إرتباطية طردية دالة إحصائياً بين بعد دافع إنجاز النجاح والأداء لدى لاعبي الكرة الطائرة. وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة شيانغ لي وزملاءه (Xiangli et al, 2011) على وجود علاقة إرتباطية طردية دالة إحصائياً بين بعد دافع إنجاز النجاح والأداء لدى طالبات التربية الرياضية في الجامعات.

المجال الثاني: دافع تجنب الفشل

أظهرت النتائج المتعلقة بعبارات بعد تجنب الفشل أن المتوسطات الحسابية كان أعلاها للعبارة التي تنص على "عندما أرتكب خطأ في الأداء فإن ذلك يربكني طوال فترة المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الثانية العبارة التي تنص على أجد صعوبة في محاولة النوم بعد خسارتي في المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الثالثة العبارة التي تنص على "أشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية"، وبالمرتبة الأخيرة العبارة التي تنص على "أستطيع أن أكون هادئاً في اللحظات التي تسبق المنافسة الرياضية مباشرة"، جاء بعضها بدرجة مرتفعة والبعض الأخر بدرجة متوسطة، وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة الأعسر وزملاءه (١٩٨٣) على وجود علاقة إرتباطية عكسية دالة إحصائياً بين بعد دافع تجنب الفشل و الأداء لدى طلاب المجتمع القطري، وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة جونسون (Johnson, 1984) على وجود علاقة إرتباطية طردية دالة إحصائياً بين بعد دافع تجنب الفشل والأداء لدى طالبات الجامعة. وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ما مع نتيجة دراسة عبد الفتاح (٢٠٠٦) وجود علاقة إرتباطية طردية دالة إحصائياً بين بعد دافع تجنب الفشل والإنجاز الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

ثالثاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الثالث

السؤال الثالث: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (a ≥ ٠.٠٥) بين أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) وبعد دافع الإنجاز للنجاح لدى لاعبي التنس؟

أظهرت النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث الى وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (a ≥ ٠.٠٥) عكسية بين بعد دافع إنجاز النجاح وبعد القلق المعرفي، ربما يعود السبب في ذلك إلى أن بُعد القلق المعرفي كلما زاد دل على عدم القدرة على التركيز والتوقع السلبي وتصور الفشل، ولذا يعد هذا البُعد السالب في دافع إنجاز النجاح، فكلما قل القلق المعرفي كلما كان اللاعب أكثر توجهاً نحو دافع إنجاز النجاح. كما أسفرت النتائج عن وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (a ≥ ٠.٠٥) طردية بين بُعد دافع إنجاز النجاح وبُعدي القلق البدني والثقة بالنفس، ربما يعود السبب في ذلك إلى أن لاعبي التنس يمرون بإنفعال القلق البدني ولكن بدرجات متفاوتة منها المعسر للأداء، ومنها الميسر له، فقد يستجيب بعض اللاعبين نحو المباراة بشكل ترتفع فيه مؤشرات القلق البدني (القلق المعسر) كزيادة نبضات القلب، معدل التنفس، إضطرابات المعدة والتعرق، في حين يستجيب بعض اللاعبين نحو نفس المنافسة بشكل تنخفض فيه مؤشرات القلق البدني (القلق الميسر) والأمر هنا يتوقف على العديد من المتغيرات المرتبطة بالموقف التنافسي، والفروق الفردية بين اللاعبين وطريقة إعدادهم نفسياً للمنافسات الرياضية، وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة خليفة والعوضي (٢٠٠٥) على وجود فروق دالة إحصائياً بين دافعية

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الإنجاز الرياضي بأبعاده (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل) وقلق المنافسة الرياضية بأبعاده (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) لدى لاعبي الكرة الطائرة. وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة أحمد (٢٠٠٧) على وجود فروق دالة إحصائياً بين دافعية الإنجاز الرياضي بأبعاده (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل) وقلق المنافسة الرياضية بأبعاده (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) لدى ناشئي كرة القدم.

رابعاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالإجابة عن السؤال الرابع

السؤال الرابع: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (a ≥ ٠.٠٥) بين أبعاد مقياس قلق المنافسة الرياضية (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) وبعد دافع تجنب الفشل لدى لاعبي التنس؟

أظهرت النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع إلى وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (a ≥ ٠.٠٥) عكسية بين بُعد دافع تجنب الفشل وبُعد القلق المعرفي، ربما يعود السبب في ذلك إلى أن بُعد القلق المعرفي كلما زاد دل على عدم القدرة على التركيز والتوقع السلبي وتصور الفشل، ومعنى ذلك أنه كلما قل القلق المعرفي كلما زاد دافع تجنب الفشل لدى اللاعب أو اللاعبة أثناء المنافسات الرياضية. كما أسفرت النتائج عن وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (a ≥ ٠.٠٥) طردية بين بُعد دافع تجنب الفشل وبُعدي القلق البدني والثقة بالنفس، ربما يعود السبب في ذلك إلى أن لاعبي التنس لديهم دافع تجنب الفشل، وهذا نتيجة تعرضهم للعديد من المواقف الضاغطة أثناء المنافسات الرياضية، حيث تظهر عليهم حالات القلق والتوتر والعصبية و الإضطرابات بدرجات متباينة تبعاً لمستواهم الفني وعمرهم التدريبي، ووفقاً لطبيعة المنافسة الرياضية، وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة برابافيسيس و ألبرت (Prapavessis & Albert,

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

(1996 على وجود فروق دالة إحصائياً بين دافعية الإنجاز الرياضي بأبعاده (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل) وقلق المنافسة الرياضية بأبعاده (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) لدى ممارسي الألعاب الجماعية. وقد إتفقت نتيجة الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتيجة دراسة زان (Zan, 2009) على وجود فروق دالة إحصائياً بين دافعية الإنجاز الرياضي بأبعاده (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل) وقلق المنافسة الرياضية بأبعاده (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) لدى طلاب التربية الرياضية.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الإستنتاجات والتوصيات

أولاً: الإستنتاجات

١. درجة قلق المنافسة الرياضية بأبعاده (القلق المعرفي، القلق البدني، الثقة بالنفس) جاءت متوسطة لدى لاعبي التنس في الأردن.

٢. درجة دافعية الإنجاز الرياضي بأبعاده (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل) جاءت بدرجة متوسطة لدى لاعبي التنس في الأردن.

أ- كلما قلَ القلق المعرفي كلما كان اللاعب أكثر توجهاً نحو دافع إنجاز النجاح.

ب- كلما قَل القلق المعرفي كلما زاد دافع تجنب الفشل لدى اللاعب أثناء المنافسة الرياضية.

٣. توجد علاقة إرتباطية طردية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($a \geq$ ٠.٠٥) بين بُعد دافع إنجاز النجاح وبُعدي القلق البدني والثقة بالنفس.

٤. توجد علاقة إرتباطية طردية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($a \geq$ ٠.٠٥) بين بُعد دافع تجنب الفشل وبُعدي القلق البدني والثقة بالنفس.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ثانياً: التوصيات

١. الإهتمام بالإعداد النفسي وبصفة خاصة قبل المنافسات الرياضية وإستخدام الأساليب الحديثة في التغلب على زيادة القلق في هذه اللحظات الحرجة من بداية المنافسة الرياضية مثل التدريب على الإسترخاء والإسترخاء العقلي والتي تعمل على عزل اللاعب أو اللاعبة والتركيز على الأداء.

٢. أهمية العمل على تزويد المدرب بالمعلومات والمعارف حول حالات القلق قبل المنافسة الرياضية حتى يتمكن من التعرف عليها وإستخدام الأسلوب الأمثل في معالجتها حتى يمكنه مساعدة اللاعب أو اللاعبة على تحقيق مستوى أفضل في الأداء.

٣. ضرورة وجود أخصائي نفسي رياضي ضمن الجهاز الفني المسؤول عن منتخب التنس أثناء التدريبات والمشاركة في البطولات الرياضية.

٤. ضرورة الإهتمام بطرق الإعداد النفسي طويل وقصير المدى للاعبي التنس لما له من أهمية في تهيئة اللاعبين واللاعبات نفسياً لمواقف المنافسة الرياضية وإحراز النتائج في البطولات الرياضية.

٥. ضرورة إجراء دراسات مشابهة بشكل موسع لكشف العلاقة بين قلق المنافسة الرياضية ودافعية الإنجاز الرياضي وعلاقتها بنتائج المنافسات الرياضية في الرياضات الأخرى.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

قائمة المراجع والمصادر:

أولاً: المراجع العربية

أبو الليل، طارق. ٢٠١١. **قلق المنافسة وعلاقته ببعض الجوانب النفسية لدى لاعبي المنتخبات الرياضية بجامعة المنيا**. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة المنيا، المنيا، مصر.

أحمد، إبراهيم. ٢٠٠٧. **علاقة دافعية الإنجاز الرياضى بقلق المنافسة لدى ناشئ كرة القدم**. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، الزقازيق، مصر.

الأعسر، صفاء وقشقوش، إبراهيم وسلامه، محمد. ١٩٨٣. **دافعية الإنجاز وعلاقته ببعض المتغيرات العقلية والشخصية والإجتماعية في المجتمع القطري**. رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة قطر، قطر.

بكر، محمد. ١٩٩٦. **القلق لدى مدربي بعض فرق الألعاب الجماعية وعلاقته بقلق اللاعب**. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، القاهرة، مصر.

التهامي، نجاح. ١٩٧٩. **القلق لدى الرياضيين وعلاقته ببعض المتغيرات المختارة**. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، القاهرة، مصر.

جابر، رمزي. ٢٠٠٨. **واقع سمة قلق المنافسة الرياضية عند عدائي المسافات المتوسطة في فلسطين**. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.

جاسم، عبد الستار. ٢٠٠٢. **علاقة القلق بمستوى أداء الدحرجة الأمامية بالطلوع على عارضة التوازن**. مجلة الرياضة المعاصرة، المجلد الأول، العدد الأول، بغداد، العراق.

الجرواني، شريف. ١٩٩٠. **علاقة دافعية الإنجاز بمستوى الأداء لدى ملاكمي الدرجة الأولى**. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة طنطا، محافظة الغربية، مصر.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

جمعة، حمدي، ١٩٩٩، العلاقة بين قلق المباراة الرياضية وقلق الإمتحان لدى الناشئين في بعض الأنشطة الرياضية المختارة. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة، مصر.

الجمل، حلمي. ١٩٩١. **قياس إتجاهات طلاب قسم التربية الرياضية بجامعة طنطا نحو ممارسة بعض الرياضات الفردية.** رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، الإسكندرية، مصر.

خليفة، حسام والعوضي، يوسف. ٢٠٠٥. **علاقة قلق المنافسة الرياضية بدافعية الإنجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة المشتركين في أسبوع شباب الجامعات المصرية.** رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، الزقازيق، مصر.

الخولي، وليم. ١٩٧٦. **الموسوعة المختصرة في علم النفس والطب العقلي.** دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

درويش، كمال والحماحمي، محمد. ١٩٧٧. **الإدارة الرياضية الأسس والتطبيقات.** مطبعة دار المعارف، القاهرة، مصر.

راتب، أسامة. ١٩٩٠. **دوافع التفوق في النشاط الرياضي.** دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

راتب، أسامة. ١٩٩٥. **علم النفس الرياضي المفاهيم والتطبيقات.** دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

راتب، أسامة. ١٩٩٧. **قلق المنافسة وضغوط التدريب وإحتراق الرياضي.** دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

راجح، أحمد. ١٩٨٥. **أصول علم النفس.** مطبعة دار المعارف، القاهرة، مصر.

الريماوي، محمد. ٢٠٠٤. **علم النفس العام.** دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الزهراني، عبد الرحمن. ٢٠٠٢. **مدى تأثير حالة القلق والثقة على تركيز الإنتباه وسرعة رد الفعل لدى حكام الكرة الطائرة السعوديين.** رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الملك سعود، الرياض، المملكة العربية السعودية.

زيد، حسن. ١٩٨٢. **القلق كحالة وكسمة لدى متسابقي ألعاب القوى.** رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة، مصر.

سالم، محمود. ١٩٩٠. **دراسة مقارنة لمركز التحكم وبعض سمات الشخصية وحالة القلق قبل وبعد المنافسات لدى متسابقي ألعاب القوى.** رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان، القاهرة، مصر.

سامي، إيزيس. ١٩٨٦. **السلوك القيادي لمدربي الكرة الطائرة وعلاقته بالإنجاز الرياضي.** رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، الإسكندرية، مصر.

سعفان، محمد. ١٩٩٧. **دافعية الإنجاز وعلاقتها بنتائج المباريات لمصارعي الدرجة الأولى.** رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة قناة السويس، بور سعيد، مصر.

سمرين، هاني وأبو حليمة، فائق. ١٩٩٦. **مستويات ومصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات منتخبات الألعاب الجماعية الوطنية في الأردن.** المؤتمر الرياضي العلمي الثالث، الجزء الأول، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

السيد، عادل. ٢٠٠٠. **بناء مقياس للتعرف على الضغوط النفسية للاعبي كرة السلة.** رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة أسيوط، أسيوط، مصر.

السيد، يسرى. ٢٠٠٢. **إثارة دافعية التلميذات للتعلم**، كلية التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، الإمارات العربية المتحدة.

الشماع، نعيمة. ١٩٧٧. **الشخصية بين النظرية والتقييم.** دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

شمعون، محمد وإسماعيل، ماجدة. ٢٠٠١. **الملاعب والتدريب العقلي**. مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.

الشيخ، محمد. ٢٠٠٢. **إستخدام معلمة المرحلة الإبتدائية التأسيسية لبعض الأساليب المشجعة على دافعية التحصيل لدى التلاميذ**. رسالة دكتوراه، كلية العلوم الإجتماعية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، الإمارات العربية المتحدة.

الصبابحة، خيري. ٢٠٠٧. **القلق وعلاقته بمستوى الأداء للرياضات الفردية لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية**. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، الجامعة الهاشمية، الزرقاء، الأردن.

عبد الخالق، أحمد. ١٩٨٧. **قلق الموت**. دار عالم المعرفة، الكويت.

عبد الفتاح، إيهاب. ٢٠٠٦. **علاقة السمات الدافعية بمستوى الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة**. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، القاهرة، مصر.

عبد القادر، محمود. ١٩٧٧. **دافعية الإنجاز وسيكولوجية التحديث للشباب الجامعي**. مطبعة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.

عزت، كنعان. ١٩٩٣. **التنس الأردني مسيرة في نصف قرن**. مطبعة دار القمة، عمان، الأردن.

علاوي، محمد. ١٩٩٢. **سيكولوجية التدريب والمنافسات**. مطبعة دار المعارف، القاهرة، مصر.

علاوي، محمد. ١٩٩٢. **مدخل في علم النفس الرياضي**. مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.

علاوي، محمد. ١٩٩٤. **علم النفس الرياضي**. مطبعة دار المعارف، القاهرة، مصر.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

علاوي، محمد. ١٩٩٨. **البحث العلمي في النشاط الرياضي**. دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

علاوي، محمد. ١٩٩٨. **سيكولوجية النمو للمربي الرياضي**. مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.

علاوي، محمد. ١٩٩٨. **مدخل في علم النفس الرياضي**. مطبعة دار المعارف، القاهرة، مصر.

علاوي، محمد. ١٩٩٨. **موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين**. مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.

علاوي، محمد. ٢٠٠٢. **علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية**. دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

علي، حمدي. ١٩٩٨. **علاقة قلق المنافسة الرياضية ودافعية الإنجاز وبعض مكونات الإعداد البدني الخاص وعلاقته بالمستوى الرقمي لمتسابقي الميدان والمضمار**. رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة قناة السويس، بور سعيد، مصر.

عمارة، أحمد. ١٩٩٩. **مفهوم الذات وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي رياضة المصارعة**. رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة، مصر.

عنان، محمود. ١٩٩٥. **سيكولوجية التربية البدنية والرياضة**. دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

فهمي، مصطفى. ١٩٦٧. **علم النفس الرياضي**. مكتبة مصر، القاهرة، مصر.

فوزي، أحمد. ١٩٨٠. **سيكولوجية التعليم للمهارات الحركية الرياضية**. مطبعة دار المعارف، القاهرة، مصر.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

قشقوش، إبراهيم ومنصور، طلعت. ١٩٧٩. **دافعية الإنجاز وقياسها.** مطبعة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.

محمود، جهاد. ٢٠٠٢. **السمات الإرادية المميزة لمتسابق المستويات العالية في المسابقات وعلاقتها بالإنجاز الوطني.** رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، الزقازيق، مصر.

محمود، سامي. ١٩٩٣. **القلق أسبابه وعلاجه.** المركز العربي للنشر والتوزيع، الإسكندرية، مصر.

مرسي، كمال. ١٩٧٨. **القلق وعلاقته بالشخصية في مرحلة المراهقة.** دار النهضة العربية، القاهرة، مصر.

منصور، طلعت والشرقاوي، أنور. ١٩٨٩. **أسس علم النفس العام.** مطبعة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.

منصور، نشأت. ٢٠١٠. **الذكاء الإنفعالي وعلاقته بقلق المنافسة الرياضية ونتائج البطولات لناشئي الجمباز.** رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، الإسكندرية، مصر.

ياسين، رمضان. ٢٠٠٨. **علم النفس الرياضي.** دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ثانياً: المصادر الأجنبية

Adam, M and Stephen, D and David, S and Gareth, R and Ross, H. 2013. **Performance Accomplishment Information as Predictors of Self-Efficacy as a Function of Skill Level in Amateur Golf**. Journal of Applied Sport Psychology, 25 (2): 197-208.

Albert, K. and Lindgren, H. 1982. **Achievement and Afflation Motivation and Their Correlates Educational and Psychological Measurement**. Chicago, USA.

Atkinson, J. 1974. **Motivational Determinants of Risk Taking**. Journal of Psychology, 19, 359-372.

Battaglia, R 1976. **A comparison of Motivational Traits of Selected Comity College Female Athletes with Other Selected Groups of Athletes**. Chicago, USA.

Bonita, F. 1991. **Personal Impact on Athletic Achievement Motivation**. Journal of Sport Psychology, 22, 212-220.

Bresler, S and Pieper, W. 1992. **Competition Trait Anxiety and Coping Resources for Stress in High School Athletes and Football**. Boston, USA.

Cratty, B. 1973. **Movement Behavior Motor learning**. 3rd Edition, Fiber Publisher, Philadelphia, USA.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

Darthy, H. 1977. **Intrinsic Motivation with Implication for Sport.** Journal of Sport Research, Orlando, Florida, USA.

Eva, A and Craig, R and Sandra, E. 1997. **The Relationship between Competitive Anxiety and Imagery Use**. Journal of Applied Sport Psychology, 9 (2): 241-253.

Gaudry, A. and Spielberger, C. 1979. **Anxiety and Educational Achievement**. New York, USA.

George, M and George, D. 2004. **The Effect of a Mental Training Program on Juniors Pre-Competitive Anxiety, Self-Confidence, and Tennis Performance**. Journal of Applied Sport Psychology, 16 (2): 118-137.

Gill, D. and Huddleston, R. 1981. **State Anxiety and Competitive Digital Level among Track and Field Female players**. Journal of Sport Psychology, 82 (3): 120-125.

Gill, D. and Ozewalonski, L. 1988. **Competitive Orientations Among Intercollegiate Athlete Is Winning the Only Thing**. Journal of Sport Psychology, 7, 212-221.

John, G and Janice, C. 2001. **Relationships among the Sport Competitive Anxiety Test, the Sport Anxiety Scale, and the Collegiate Hockey Worry Scale**. Journal of Applied Sport Psychology, 13 (4): 411-429.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

Johnson, C. 1984. **Effects of Personality Correlates On Achievement Motivation in Traditional and Reentry College Women**. Journal of Psychology, 29, 111-117.

Klavora, P. and Daniel, J. 1980. **Coach Athlete and the Sport Psychology**, 2nd Edition Champaign, Illinois, Canada.

Macclelland, D. 1961. **The Achievement Motivation**. Academic Press, New York, USA.

Margaret, C. 1972. **Competition as Motivational Technique in Educational**, Research Journal, New York, USA.

Martens, R. and Vealey, Y. and Burton, D. 1990. **Competition Anxiety in Sport Champaign**, Illinois, Canada.

Owen, T and Sheldon, H and Ian, M. 2007. **Anxiety Responses and Psychological Skill Use during the Time Leading Up To Competitive**. Journal of Applied Sport Psychology, 19 (4): 379-397.

Parfitt, G and Hardy, L. 1993. **The Effects of Competitive Anxiety on Memory Span and Rebound Shooting Tasks in Basketball Players, Journal of Sport Sciences**, London, England.

Prapavessis, H and Albert, V. 1996. **The Effect of Group Cohesion on Comparative State Anxiety**. Journal of Sport and Exercise Psychology, 18 (1): 66-72.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

Singer, R. 1984. **Motor Learning and Human Performance, Macmillan Publishing Company**, New York, USA.

Spielberger, C. 1973. **Anxiety and Behavior**, Academic Press, London, England.

William, W. 1983. **Coaching and Motivation**. Apraxia Guide to Maximum Athletic Performance, New Jersey, USA.

Willson, R and Gergory, S. 1994. **The Effect of Anxiety on Youth Sport Participants as a Function of Age**. Indiana, USA.

Xiangli, G and Melinda, A and Tao, Z and Ping, X. 2011. **Group Cohesion, Achievement Motivation, and Motivational Outcomes among Female College Students**. Journal of Applied Sport Psychology, 23 (2): 175-188.

Zan, G. 2009. **Student's Motivation, Engagement, Satisfaction, and Cardiorespiratory Fitness in Physical Education**. Journal of Applied Sport Psychology, 21 (1): 102-115.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

الملاحق

ملحق (١)

إستبيان (الصورة الأولية)

الأستاذ الدكتور/ الدكتور... المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

يقوم الباحث حمزة علي سلام بإجراء دراسة علمية بعنوان "واقع حالة قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي التنس في الأردن"، ونظراً لما تتميزون به من خبرة جيدة وفكر مستنير، يرجى التكرم بالموافقة على تحكيم هذه الإستبانة وإعتماد عباراتها، وذلك مـن حيث وضوح العبارات ومناسبة العبارات للمحور التي تندرج تحته وكذلك إضافة أو حذف أي عبارات وإضافة أي إقتراحات أخرى ترونها مناسبة قد تثري هذه الدراسة.

شاكرين لكم كرم تعاونكم

واقبلوا فائق الإحترام والتقدير

الباحث

حمزة علي سلام

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

المحور الأول: قلق المنافسة الرياضية

الرقم	العبارة	مناسبة	غير مناسبة	الإضافة أو التعديل
١	أنا مشغول البال بالمباراة القادمة.			
٢	أشعر بالنرفزة.			
٣	أشعر بالهدوء.			
٤	أشعر بعدم الثقة في نفسي.			
٥	أشعر بالإضطراب.			
٦	أشعر بالراحة.			
٧	بالي مشغول من ناحية عدم إجادتي في المباراة بما يتناسب مع المستوى.			
٨	أشعر بأن جسمي متوتر.			
٩	أشعر بالثقة في نفسي.			
١٠	بالي مشغول من ناحية الهزيمة (عدم الفوز) في المباراة.			
١١	أشعر بالتوتر في معدتي.			
١٢	أشعر بالإطمئنان.			
١٣	أخشى من سوء الأداء نتيجة للضغط العصبي قبل المباراة.			
١٤	أشعر بالإسترخاء في جسمي.			
١٥	أثق في قدرتي على مواجهة التحدي في المباراة.			
١٦	أخشى أن يكون أدائي سيئا في المباراة.			
١٧	قلبي يدق بسرعة.			
١٨	عندي ثقة بأنني سوف أجيد في المباراة.			
١٩	بالي مشغول من ناحية تحقيق هدفي في المبارة.			
٢٠	أشعر بتقلص (أو مغص) في معدتي.			

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

٢١	أشعر براحة البال.			
٢٢	فكري مشغول خوفا من عدم رضاء مدربي عن أدائي في المباراة.			
٢٣	أحس بعرق في اليدين.			
٢٤	أشعر بثقة لأنني هيأت نفسي ذهنيا بأنني سوف أجيد في المباراة.			
٢٥	بالي مشغول من ناحية عدم قدرتي على التركيز في المباراة.			
٢٦	أشعر بأن جسمي مشدود.			
٢٧	عندي ثقة بأنني سأتغلب على ضغوط المباراة.			

أي ملاحظات أخرى:

....

....

....

المحور الثاني: دافعية الإنجاز الرياضي				
الرقم	العبارة	مناسبة	غير مناسبة	الإضافة أو التعديل
١	أجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في المنافسة.			
٢	يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه.			
٣	عندما أرتكب خطأ في الأداء أثناء المنافسة فإنني أحتاج لبعض الوقت لكي أنسى هذا الخطأ.			
٤	الإمتياز في الرياضة لا يعتبر من أهدافي الأساسية.			
٥	أحس غالبا بالخوف قبل إشتراكي في المنافسة مباشرة.			
٦	أستمتع بتحمل أية مهمة والتي يرى بعض اللاعبين الأخرين أنها مهمة صعبة.			

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

٧	أخشى الهزيمة في المنافسة.			
٨	الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد.			
٩	في بعض الأحيان عندما أنهزم في المنافسة فإن ذلك يضايقني لعدة أيام.			
١٠	لدي إستعداد للتدريب طوال العام بدون إنقطاع لكي أنجح في رياضتي.			
١١	لا أجد صعوبة في النوم ليلة إشتراكي في المنافسة.			
١٢	الفوز في المنافسة يمنحني درجة كبيرة من الرضا.			
١٣	أشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية.			
١٤	أفضل أن أستريح من التدريب في فترة ما بعد الإنتهاء من المنافسة الرياضية.			
١٥	عندما أرتكب خطأ في الأداء فإن ذلك يرهقني طوال فترة المنافسة.			
١٦	لدي رغبة عالية جدا لكي أكون ناجحا في رياضتي			
١٧	قبل إشتراكي في المنافسة لا أنشغل في التفكير عما يمكن أن يحدث في المنافسة أو عن نتائجها.			
١٨	أحاول بكل جهدي أن أكون أفضل لاعب.			
١٩	أستطيع أن أكون هادئا في اللحظات التي تسبق المنافسة مباشرة.			
٢٠	هدفي هو أن أكون مميزا في رياضتي.			

أي ملاحظات أخرى:

....

....

....

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ملحق (٢)

قائمة بأسماء المحكمين

الرقم	الرتبة والإسم	الجامعة
١	الأستاذ الدكتور. هاني فريد السالم	جامعة اليرموك
٢	الأستاذ الدكتور. فايز سعيد أبو عريضه	جامعة اليرموك
٣	الأستاذ الدكتور. حسين حسن أبو الرز	جامعة اليرموك
٤	أستاذ مساعد. أحمد سالم بطاينة	جامعة اليرموك
٥	أستاذ مشارك. محمد علي أبو الكشك	جامعة اليرموك
٦	الأستاذ الدكتور. سهى أديب نفش	الجامعة الأردنية
٧	أستاذ مشارك. معين محمد الخلف	الجامعة الأردنية

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ملحق (٣)

إستبيان

أخي اللاعب/ أختي اللاعبة:

تحية طيبة وبعد،

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على "واقع حالة قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي التنس في الأردن". أرجو من حضراتكم الإجابة على عبارات الإستبيان بدون تردد، حيث أن تجاوبكم الصريح والنزيه مهم جداً بالنسبة لنا وللبحث العلمي، وسوف يعامل الإستبيان بسرية تامة.

واقبلوا فائق الإحترام والتقدير

الباحث

حمزة علي سلام

البيانات الشخصية:

العمر:

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

إسم النادي:

سنوات اللعب:

المؤهل العلمي: ثانوية عامة فما دون ☐ دبلوم ☐ بكالوريوس ☐ دراسات عليا ☐

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

أرجو قراءة كل عبارة ثم التعبير عن رأيك بوضع إشارة (√) داخل العمود المناسب:

قائمة قلق المنافسة الرياضية

الرقم	العبارات	دائما	غالبا	أحيانا	أبدا
١	أشعر بالقلق والخوف من المنافسة الرياضية القادمة.				
٢	تنتابني النرفزة عندما أفكر في المنافسة الرياضية القادمة.				
٣	أشعر بالهدوء والإطمئنان قبل المنافسة الرياضية.				
٤	أعاني من عدم الثقة بالنفس قبل المنافسة الرياضية.				
٥	أشعر بالقلق والإحباط قبل المنافسة الرياضية.				
٦	أشعر بالراحة النفسية قبل المنافسة الرياضية.				
٧	تفكيري مشغول بمستوى أدائي في المنافسة الرياضية القادمة.				
٨	أعاني من الإحباط قبل المنافسة الرياضية.				
٩	أشعر بالثقة في نفسي قبل المنافسة الرياضية.				
١٠	أعاني من عدم المقدرة على الفوز في المنافسات الرياضية.				
١١	أشعر بإضطرابات معوية قبل المنافسة الرياضية.				
١٢	أشعر بالإطمئنان والراحة النفسية قبل المنافسة الرياضية.				
١٣	أخشى من سوء الأداء نتيجة للضغط النفسي قبل المنافسة الرياضية.				
١٤	أشعر بالإسترخاء في جسمي قبل المنافسة الرياضية.				
١٥	أثق في مقدرتي على مواجهة التحديات في المنافسة الرياضية.				
١٦	أخشى أن يكون أدائي سيئا في المنافسة الرياضية القادمة.				
١٧	نبضات قلبي تدق بسرعة قبل المنافسة الرياضية.				
١٨	لدي ثقة بأنني سوف أقدم أداء جيد في المنافسة الرياضية.				
١٩	تفكيري مشغول في تحقيق هدفي من المنافسة الرياضية.				
٢٠	أشعر بتقلصات في معدتي قبل المنافسة الرياضية.				
٢١	أشعر بالراحة النفسية والإستقرار قبل المنافسة الرياضية.				
٢٢	تفكيري مشغول خوفا من عدم رضى مدربي عن أدائي في المنافسة الرياضية.				
٢٣	أشعر بالتعرق في اليدين قبل المنافسة الرياضية.				
٢٤	أشعر بثقة بالنفس لأنني تهيأت ذهنيا للأداء الجيد في المنافسة الرياضية.				
٢٥	تفكيري مشغول بعدم مقدرتي على التركيز في المنافسة الرياضية.				
٢٦	أشعر بالتوتر في أعضاء جسمي قبل المنافسة الرياضية.				
٢٧	لدي ثقة بأنني سأتغلب على ضغوطات المنافسة الرياضية.				

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

قائمة دافعية الإنجاز الرياضي

الرقم	العبارات	بدرجة كبيرة جدا	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة	بدرجة قليلة جدا
١	أجد صعوبة في محاولة النوم بعد خسارتي في المنافسة الرياضية.					
٢	يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات إضافية لتحسين مستواه البدني والمهاري والخططي.					
٣	عندما أرتكب خطأ في الأداء أثناء المنافسة الرياضية فإنني أحتاج لبعض الوقت لكي أنسى هذا الخطأ.					
٤	التفوق في الرياضة التي أمارسها لا يعتبر من أهدافي الأساسية.					
٥	ينتابني الخوف قبل مشاركتي في المنافسة الرياضية مباشرة.					
٦	أستمتع بتحمل المسؤولية والتي يرى بعض اللاعبين الأخرين بأنها عملية صعبة.					
٧	أخشى الخسارة في المنافسة الرياضية.					
٨	الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد.					
٩	في بعض الأحيان عندما أخسر في المنافسة الرياضية فإن ذلك يضايقني لعدة أيام.					
١٠	لدي الإستعداد للتدرب طوال العام بدون إنقطاع لكي أحقق أهدافي الرياضية.					
١١	لا أجد صعوبة في النوم خلال الليلة التي تكون قبل المنافسة الرياضية.					
١٢	الفوز في المنافسة الرياضية يمنحني درجة كبيرة من الشعور بالرضا.					
١٣	أشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية.					
١٤	أفضل القيام بفترة راحة بعد الإنتهاء من المنافسة الرياضية.					
١٥	عندما أرتكب خطأ في الأداء فإن ذلك يربكني طوال فترة المنافسة الرياضية.					
١٦	لدي رغبة عالية جدا لكي أكون ناجحا في الرياضة التي امارسها.					
١٧	قبل اشتراكي في المنافسة لا أنشغل في التفكير عما يمكن أن يحدث في المنافسة الرياضية أو عن نتائجها.					
١٨	أحاول جاهدا أن أكون الأفضل في المنافسة الرياضية.					
١٩	أستطيع أن أكون هادئا في اللحظات التي تسبق المنافسة الرياضية مباشرة.					
٢٠	هدفي أن أكون مميزا في الرياضة التي أمارسها.					

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

ملحق (٤)

كتاب تسهيل مهمة من عميد كلية التربية الرياضية الى الإتحاد الأردني للتنس



جامعـــة اليرمـــوك
YARMOUK UNIVERSITY

كلية التربية الرياضية
Faculty of Physical Education

الرقم : ك ت ر/١٠٧/٥٠ / ١٠٣
التاريخ : ٢١/ربيع ثاني/١٤٣٣ هـ
الموافق : ٢٠١٢/٣/١٤ م

سعادة رئيس الاتحاد الاردني للتنس

الموضوع: تسهيل مهمة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،،،

يقوم الطالب حمزة علي محمود سلام أحد طلبة كلية التربية الرياضية في جامعـــة اليرمـوك ورقمه الجامعي (٢٠٠٩٣٨١٠١٧) بإعداد رسالة ماجستير في التربية الرياضية وعنوانهــــا:

" واقع قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبي التنس في الأردن".

أرجو التكرم بالموافقة والإيعاز لمن يلزم لتسهيل مهمة الطالب المذكور وتمكينه من توزيع الاستبيان الخاص برسالته.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام

عميد كلية التربية الرياضية

أ.د. فايـــز ابو عريضـــة

تلفون : ٧٢١١١١١ – ٢ – ٩٦٢ Tel: 962 - 2 - 7211111
فاكس : ٧٢١١١٥٢ –٢– ٩٦٢ Fax : 962 -2- 7211152
اربد – الأردن Irbid - Jordan
http://www.yu.edu.jo/pe

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

Abstract

Sallam, Hamzh Ali. Reality of Sport Competition Anxiety and its Relationship to Achievement Motivation among Tennis Players in Jordan. Master of Science Thesis, Department of Sport Science, Yarmouk University, 2013 (Supervisor: Dr. Mazin R. Hatamleh).

The Study aimed to identify the Reality of Sport Competition Anxiety and its Relationship to Achievement Motivation among Tennis Players in Jordan. The Study Sample Consisted of (n = 18) Tennis Players Certified by the Jordanian Tennis Federation, Questionnaire was used to gather information, Component of the Questionnaire (27) Phrase to Measure Sport Competition Anxiety and (20) Phrase to Measure Sport Achievement Motivation. Results were Processed Statistically Using the Arithmetic Mean, Median, Simple Correlation Coefficient, Spearman Coefficient, Standard Deviation, Coefficient of Skewness. The Results Showed a Statistically Significant Correlation between the Motive Achievement Success and Motive to Avoid Failure and Cognitive Anxiety. The Results Also Showed a Statistically Significant Correlation between the Motive Achievement Success and Motive to Avoid Failure and All of Somatic Anxiety and Self-Confidence.

© Arabic Digital Library-Yarmouk University

The Results Also Showed the Possibility of Measurement Sport Competition State Anxiety through its Dimensions (Cognitive Anxiety, Somatic Anxiety, and Self-Confidence), As Well As Possibility of Measurement Sport Achievement Motivation through its Dimensions (Achievement Success, Avoid Failure). The Researcher Recommends the Importance of Psychological Counseling for the Players to reduce Psychological Pressures during Sports Competitions and also to identify the Sources of Psychological Pressures among Players and Try to Work to Mitigate and Treated in the Future.

Keywords: Competition Anxiety, Achievement Motivation

© Arabic Digital Library-Yarmouk University